N. 11/2019

rivista più INSERTO a soli €2,90

16 pagine in più!

Pan brioche, taglia, farcisci e gusta!

Cotechino e polenta gourmet

La calza della befana

all'interno, l'inserto staccabile

BUON ANNO che più BUONO non si può!

Ricette "zero stress" per menu di Festa last minute e tante idee di riciclo creativo

MENSILE - ANNO III
ISSN 9772532826007
€ 2,90
9 772532 826007 90011 >
IN EDICOLA DAL 13/12/2019
POSTE ITALIANE S.P.A. SPEDIZIONE IN ABBONAMENTO POSTALE AUT. N° MBPA/C/RM /45/2018 – STAMPE PERIODICHE IN REGIME LIBERO
AUT 6,00 € - BE 5,50 € - E 5,00 € - CH 6,50 CHF - CH CT 6,00 CHF

Editoriale

Countdown

Il conto alla rovescia per i festeggiamenti di fine/inizio anno è già cominciato, lo sappiamo: chi in famiglia, chi da amici; chi in città, chi in campagna, chi in montagna, tutti o quasi siamo alle prese con i menu delle grandi tavolate di festa, di gioco, di buon augurio. Perciò, ecco serviti anche i ritardatari o gli indecisi, con i **menu last minute** per vigilie varie, **ricette "col botto"** per il cenone di Mezzanotte, **piatti "portafortuna"**, **dolcetti della Befana**, ma anche tante idee di **riciclo creativo**, in caso di esubero di lenticchie e cotechini... E in più, all'interno, **"ISSIMA"**, il maxi inserto da staccare dedicato a **"Antipasti e finger food"**, perfetto per buffet e cocktail party di tutti i tipi. Ma dato che non si vive di sole feste, numerose sono anche le proposte di **cucina di stagione**, **cheap&chic**, per rendere speciale ogni giorno: **ricette zero stress** (e massimo effetto), **liste della spesa** pratiche e ragionate, utilizzi ottimali degli ingredienti e degli scarti... Insomma, gusto e salute **senza sprechi**, di tempo e di denaro. In questo senso, al primo posto troviamo la pasta, o meglio, la **spaghettata**: soluzione somma per economia, gradimento, facilità e velocità di esecuzione, qui è declinata in varianti settimanali, con condimenti di **carne**, di **pesce** o di **verdure**, che ne fanno praticamente un sano ed equilibrato piatto unico. Stessa cosa dicasi per i praticissimi e sempre gustosi **spezzatini di carne**, per le sorprendenti **ricette con la trota salmonata** e i **raffinati dessert**, come il sopraffino soufflé di cioccolato fondente cotto e servito nelle arance. Che, insieme a **grandi classici** e a **golosità senza tempo** (dalle meringhe, ai tartufini e al salame di cioccolato), saranno un dolce coronamento di buon auspicio… che più "buono" non si può!

La Redazione

Foto B. Torresan

FACILE CUCINA

sommario

IN EDICOLA

FOOD

DESIGN

TRAVEL

LE RUBRICHE

VISTI SU ALICE TV

ALMA MEDIA S.p.A.
PRESIDENTE
Federico Prandi
AMMINISTRATORE DELEGATO
Andrea Baracco
Sede: Via Tenuta del Cavaliere 1
00012 Guidonia Montecelio (RM)
tel. +39 06 89676007 fax +39 06 89676000
alma.direzione@almamail.tv

FACILE CUCINA

DIREZIONE EDITORIALE
Corrado Azzolini • *corrado.azzolini@almamail.it*
DIRETTORE RESPONSABILE
Ad interim - pro tempore Direzione Editoriale
VICE DIRETTORE
Giulia Macrì • *giulia.macri@almamail.it*
REDAZIONE TESTI
Cristina Bianconi
SEGRETERIA DI REDAZIONE
Marta Koral • *marta.koral@almamail.it*
alma.desk.food@almamail.tv
GRAFICA
Antonella Aravini, Simona Ferri
RICETTE
F. Argentino, M. Avalos Flores, M. Bertini, M. Bianchessi, R. Caucci, M. Chinappi, C. Dalla Zorza, G. Gandino, V. Gigli, C. Lunardini, R. Mara Liche, M. Malantrucco, L. Messeri, L. Montersino, A. Orazi, A. Palmieri, D. Persegani, V. Perin, M. Piccheri, A. Romiti, G. Steffanina, A. Totaro.
FOTO
E. Andreini, M. Avalos Flores, C. Bellasio, I. Beretta, R. Caucci, S. Censi, C. Cucinelli, A. De Santis, E. De Santis, C. Gargioni, L. Lupori, T. Mattiello, S. Michaelles, A. Orazi, M. Ravasini, V. Repetto, S. Rossi, R. Sammartini, M. Sjöberg.
FOTO COVER
Emanuela De Santis
PUBBLICITÀ
DIREZIONE COMMERCIALE
Sede Milano: Via Tortona, 37 – Palazzo 4, Ingresso A, 20144 Milano (MI) - tel. 02.55410829
Sede Roma: Via Tenuta del Cavaliere 1
00012 Guidonia Montecelio (RM) - tel. 06.89676003
alma.pubblicita@almamail.tv
STAMPA: Rotolito s.p.a.
Via Brescia 53/65
20063 Cernusco Sul Naviglio (MI) Italy
DISTRIBUZIONE ITALIA: M-DIS Distribuzione Media S.p.A. - Via C. Cazzaniga, 19 - 20132 Milano tel. +39 02.25.821
DISTRIBUZIONE INTERNAZIONALE: JOHNSONS INTERNATIONAL NEWS ITALIA S.p.A
Via Valparaiso, 4 - 20144 Milano tel. +39 02.43.98.22.63 - fax +39 02.43.91.64.30
Numero 11 - Anno III - 2019
Periodicità mensile
Reg. Trib. Tivoli N° 14/2017 dell'8 novembre 2017

ISSN 2532-8263
Facile cucina
FINITO DI STAMPARE DICEMBRE 2019
SCRIVERE A: FACILE CUCINA
Centro Direzionale CAR - Edificio A - 1° piano
Via Tenuta del Cavaliere 1 - 00012 Guidonia Montecelio (RM)
alma.desk.food@almamail.tv
SERVIZIO ARRETRATI E ABBONAMENTI
Informazioni: tel. +39 039 99.91.541
fax +39 039.99.91.551
Orari: 9-13 / 14-18 dal lunedì al venerdì
abbonamenti@ieoinf.it

Uno scorcio dell'**Alpe di Siusi**

MARCOPOLO

È in edicola il numero di dicembre/gennaio di Diari di Viaggio by Marcopolo, la rivista di viaggi e lifestyle aggiornata e completa. In questa uscita, **Paradisi d'inverno**: Maldive, Mauritius, Thailandia, Caraibi e altri mari esotici, con le nuove aperture, i resort più belli e le spiagge da sogno per tutti. Un itinerario a **Parma e dintorni** in occasione della nomina a Capitale della Cultura 2020, tra capolavori d'arte e gastronomia genuina. **Novità in montagna**: nuvoi alberghi, piste, attività all'aperto, per godere al meglio le vacanze in alta quota. **Parchi naturali e piste da sci in treno**: le location più belle per sciare e per immergersi nella natura, da raggiungere comodamente su rotaia. **Torroni**: i più buoni d'Italia per dolci Feste. Con centinaia di indirizzi selezionati, informazioni pratiche, cartine e tante splendide fotografie.

IN EDICOLA

MARCOPOLO
DICEMBRE 2019 | GENNAIO 2020
222
PARADISI D'INVERNO
MALDIVE, THAILANDIA, CARAIBI, MAURITIUS
PARMA, CITTÀ DELL'ANNO
Tutto sulla Capitale della Cultura 2020
PISTE E PARCHI IN TRENO
Sci e trekking senza macchina
GASTRONOMIA
Dolci feste: i torroni più buoni
NOVITÀ IN MONTAGNA
Aperture e attività sulle piste
IMMOBILIARE
Case in alta quota da 450 mila euro

CHICCOSISSIMI!

Placé o buffet, non c'è festività che non si celebri a tavola con un goloso dessert. E se è vero che anche l'occhio vuole la sua parte, prendete per la gola amici e parenti con cinque proposte d'effetto e facilissime da realizzare

5 dessert cool

Soufflé al cioccolato nelle arance

Idea da buffet

Foto, ricetta e step A. Orazi

Soufflé al cioccolato nelle arance

Ingredienti per 6 persone
6 **arance** • 140 g di **zucchero**
140 g di **burro fuso**
160 g di **cioccolato fondente fuso**
120 g di **farina** • 3 **uova**
menta • **zucchero a velo**

Preparazione
• **Private** le arance della calotta superiore e svuotatele della polpa con l'aiuto di un coltellino (**foto 1**).
• **Ricavate** dalla polpa 50 ml di succo e filtratelo con un colino a maglie strette. Raccogliete il cioccolato fondente, spezzettato, in un pentolino e fatelo sciogliere su fuoco dolce a bagnomaria. • **Spegnete** e lasciate intiepidire leggermente; quindi trasferite il cioccolato in una ciotola con le uova, lo zucchero e il burro fuso.
• **Incorporate** la farina setacciata e lavorate con le fruste fino a ottenere un composto liscio e omogeneo (**foto 2**).
• **Versate** il composto al cioccolato nelle arance svuotate (**foto 3**) e infornate a 180 °C per circa 30 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, spolverizzate con lo zucchero a velo e guarnite con qualche fogliolina di menta. • **Portate** in tavola e servite.

Arance caramellate

Se vi avanza qualche arancia, tagliatela a fettine e spennellatele con uno sciroppo ottenuto mescolando **50 ml di acqua** con **200 g di zucchero**. Spolverizzatele con **un pochino di zucchero a velo** e sistematele su una teglia, foderata con carta forno. Infornate a 80 °C e fate cuocere fino a quando si saranno ben seccate. Levate e utilizzate le fettine di arancia caramellate per guarnire dolci o per decorare la tavola delle Feste.

1 Svuotate le arance senza romperle

2 Preparate una crema fluida

3 Riempitele fino a 1 cm dal bordo

Finale col botto

Naked Cake al cacao con crema al cocco

Ingredienti per 6 persone
3 dischi di **pan di Spagna al cacao** da 250 g l'uno
Per la bagna: 220 ml di **acqua** • 230 g di **zucchero**
2 bicchierini di **rum** • **la scorza grattugiata** di 1 **limone**
Per la crema diplomatica al cocco: 300 ml di **latte di cocco** • 3 **tuorli** • 30 g di **maizena**
200 g di **panna montata** • 120 g di **zucchero**
Per la chantilly al cocco: 500 g di **panna montata zuccherata** • 2 ml di **estratto di vaniglia**
2 cucchiai di **cocco rapé**
Vi servono inoltre: 5-6 **coni da gelato**
200 g di **cioccolato bianco** • 100 ml di **panna fresca**
colorante alimentare verde • **zuccherini colorati**
meringhette • **cocco rapé**

Foto, ricetta e step A. Orazi

DUCHESSA LIA
Spumante secco Asti Docg.
€6,90.

SCIMMIA
Spumante rosé extra dry.
€6,00.

CINZANO
Spumante dolce Asti Docg.
€5,99.

TOSTI
Brachetto D'Acqui.
€4,99.

Preparazione

• **Per la crema diplomatica**: montate i tuorli con lo zucchero e incorporate la maizena. Unite il composto di uova al latte di cocco caldo, e fate cuocere su fiamma dolce, mescolando, fino a quando la crema si sarà addensata. • **Fate raffreddare** in frigo per 1 ora. Incorporate quindi la panna montata (**foto 1**) e rimettete in frigo. • **Per la bagna**: mettete in un pentolino l'acqua, lo zucchero, il rum e la scorza di limone, e portate a bollore finché lo zucchero non si sarà sciolto. Spegnete e lasciate raffreddare. • **Capovolgete** il primo disco di pan di Spagna su un piatto da portata, spruzzatelo con la bagna e farcitelo con metà crema diplomatica (**foto 2**). Proseguite allo stesso modo con l'altro strato e coprite con l'ultimo disco. • **Per la chantilly**: incorporate il cocco e la vaniglia alla panna. Distribuite uno strato di chantilly, spesso circa 1 cm, sulla superficie della torta e livellate. • **Spalmate** la chantilly rimasta sui bordi, senza coprire completamente il pan di Spagna, e trasferite in frigo. Tagliate i coni da gelato, in modo da ottenere tanti conetti di diverse altezze (**foto 3**). • **Fate fondere** a bagnomaria il cioccolato con la panna, unite qualche goccia di colorante e mescolate. Ricoprite i conetti con il cioccolato e fate asciugare su una gratella (**foto 4**). Quindi ricopriteli con un secondo strato di cioccolato, cospargeteli con il cocco e gli zuccherini, e sistemateli sulla torta. • **Guarnite** con le meringhette e gli zuccherini, e servite.

Pan di Spagna al cacao

Lavorate con le fruste **130 g di yogurt bianco, 225 g di farina, 30 g di cacao**, e **170 g di zucchero**. Incorporate **2 uova, 120 ml di olio di semi** e terminate con **1 bustina di lievito**. Versate il composto in uno stampo da 20 cm di diametro, **imburrato**, e infornate a 180 °C per 45 minuti. Sfornate, lasciate raffreddare e sformate.

1

Preparate la crema diplomatica

2

Farcite il pan di Spagna

3

Tagliate i coni ad altezze diverse

4

Glassate i coni su una gratella

Idea regalo
Potete cuocere il pain d'épices in un apposito stampo per alimenti di cartone, pronto da regalare. Oppure potete tagliarlo a fette e confezionarlo in sacchetti di cellophane.
Lo sapevate che?
Il pain d'épices, letteralmente pane speziato, è un tipico dolce natalizio francese.
Pain d'épices
Foto, ricetta e step A. Orazi

Pain d'épices

Ingredienti per 4-6 persone
150 g di **farina** • 150 g di **miele**
95 g di **burro** • 60 g di **zucchero di canna chiaro** • 3 g di **miscela di spezie** (**cannella**, **pepe**, **zenzero**, **vaniglia**, **noce moscata**) • 4 g di **anice stellato in polvere**
la scorza grattugiata di 1 **limone** e di 1 **arancia** • 5 g di **lievito per dolci**
1 cucchiaino di **bicarbonato**
marmellata di arance • **sale**
Vi servono inoltre: **burro** • **farina**

Preparazione
• **Versate** in un pentolino 150 ml di acqua, lo zucchero, il miele e un pizzico di sale, e portate a bollore. • **Profumate** con la miscela di spezie e l'anice stellato in polvere, e aggiungete la scorza grattugiata degli agrumi. • **Unite** infine il burro fuso, leggermente intiepidito, e mescolate; quindi spegnete, togliete dal fuoco e lasciate in infusione per circa mezz'ora. • **Miscelate** in una ciotola la farina con il bicarbonato e il lievito per dolci. • **Filtrate** lo sciroppo alle spezie e unite il liquido alla farina.
• **Amalgamate** bene e versate il composto ottenuto in uno stampo da plumcake, di circa 27 cm di lunghezza, ben imburrato e infarinato. • **Infornate** a 180 °C e fate cuocere per circa 50 minuti, finché non sarà ben cotto. • **Sfornate**, lasciate raffreddare e spennellate il dolce con un po' di marmellata di arance, leggermente scaldata al microonde. Portate in tavola, tagliate a fette e servite.

Tronchetto al cioccolato bianco e frutti rossi

Ingredienti per 6-8 persone
Per il biscuit: 4 **uova**
120 g di **zucchero** • 2 ml di **estratto di vaniglia** • 100 g di **farina**
Per la crema al cioccolato bianco:
500 g di **crema pasticciera**
400 g di **cioccolato bianco**
8 g di **gelatina già ammollata**
400 g di **panna montata**
Per la meringa: 250 g di **zucchero**
125 g di **albumi**
Per la bagna ai frutti rossi:
500 ml di **acqua**
400 g di **zucchero**
200 g di **frutti rossi**
Vi servono inoltre: 250 g di **lamponi**

Preparazione
• **Per il biscuit**: lavorate i tuorli con lo zucchero e la vaniglia fino a renderli spumosi; quindi incorporate la farina e gli albumi montati a neve.
• **Stendete** il composto ottenuto su una teglia con carta forno, e infornate a 220 °C per 8 minuti. Sfornate e fate raffreddare. • **Scaldate** la crema pasticciera e incorporate la gelatina, ben strizzata, e il cioccolato. Fate intiepidire e unite la panna montata. • **Per la bagna**: frullate i frutti rossi e passate il succo al setaccio. Raccoglietelo in un pentolino con acqua e zucchero, e portate a bollore. Spegnete e tenete da parte. • **Per la meringa**: preparate uno sciroppo con 50 ml di acqua e 200 g di zucchero. Lavorate gli albumi con lo zucchero rimasto. Versate lo sciroppo a filo sugli albumi e montate fino a completo raffreddamento. • **Bagnate** il biscuit con la bagna, farcitelo con la crema al cioccolato e disponete una fila di lamponi lungo il bordo. • **Arrotolate** il biscuit e fate rapprendere in freezer.
• **Ricoprite** quindi il tronchetto con la meringa, fiammeggiate con un cannello e guarnite con i lamponi restanti. Servite.

Idea WOW

Ricette cool a costo zero
da fare con ciò che già avete

L'alleato in cucina

Decorazioni di zucchero fiocchi di neve e abete mix. Vasetto da 60 g. **€ 3,75**.
www.decora.it

Alberelli di meringa

Ingredienti per 30 alberelli di meringa

In frigo:

meringa (avanzata dalla ricetta del tronchetto al cioccolato) • **1/2 limone**

In dispensa:

colorante in gel verde • **zuccherini colorati**

Preparazione

• **Raccogliete** il composto di meringa in una ciotola e incorporate delicatamente qualche goccia di succo di limone e qualche goccia di colorante alimentare. • **Distribuite** il composto di meringa ottenuto in un sac à poche e, su una teglia con carta forno, formate tante meringhette a forma di alberello. • **Decorate** a piacere con gli zuccherini colorati e infornate a 110 °C per circa 60 minuti. • **Sfornate** e fate raffreddare in forno con il portello aperto. • **Portate** in tavola e servite.

Foto e ricetta A. Orazi

Soffici *e* golosi

Panettoni, pandori e ghiotte torte alla crema e cioccolato, si trasformano in prelibati cadeaux gourmet

Brontese, panettone al pistacchio di Bronte Dop.

€16,99 ca.

Panettone integrale **Despar** con lievito madre.

€8,99

Novità in casa **Bauli**. **Mini Torta Gianduia** e **Mini torta Pasticcera**: piccole tentazioni nel pratico formato da 160 g.

€3,10

Tronchetto al cioccolato Tartufone Motta: soffice pasta con farcitura di crema al cacao Santo Domingo, ricoperta di cioccolato fondente e cocco rapé 750 g.

€7,40

€5,60

Nell'anno del centenario della sua ideazione, **Il Panettone Originale Motta** si veste a festa con una confezione ispirata alla sua storia. 750 g.

Panettone Cerali&Cioccolato Balocco 750 g.

€5,99

€5,99

Pandoro Maxiciok Pistacchio&Nocciola Balocco con doppia farcitura e copertura al cioccolato fondente e granella di pistacchio caramellato. 800 g.

Regalo gourmet

€25,60

Giovanni Cova & C. propone "Leonardo 500", la nuova linea di esclusivi Panettoni e Pandori artigianali, dedicata al genio di Leonardo da Vinci. La Gioconda, raffigurata in una elegante confezione di latta da collezione, racchiude Il **Panettone Classico** da 1 kg, premiato dall'*International Taste and Quality Institute* di Bruxelles con il Tre Stelle Superior Taste Award.

INIZIATE alla grande

Antipasti scenografici e sfiziosi in poche e semplici mosse? Con le basi pronte all'uso, gli stampi ad hoc e un pizzico di creatività, sarà un gioco da ragazzi

5 grandi classici... solo da farcire

Pan brioche tutti gusti

Con un coltello seghettato tagliate il cappello di **1 pan brioche** e tenetelo da parte. Tagliate tante fettine spesse circa 1 cm, quindi spalmatele con un velo di **maionese** e farcitele a due a due con i seguenti abbinamenti: **prosciutto di Praga, chips di zucca essiccata** e **scaglie di ricotta; culatello, robiola e maggiorana; pancetta arrotolata, stracchino e salvia fritta; castelmagno, fiori di zucca e gherigli di noce**. Ricomponete il pan brioche e chiudete con il cappello. Spennellatelo con un po' di tuorlo sbattuto, cospargete con semini misti, e servite.

L'alleato in cucina

Panettone gastronomico **Balocco**, pronto da farcire. 800 g. **€6,99**.

L'alleato in cucina

Cornetti salati Dal Colle con sesamo e lievito madre. 800 g. 6 pezzi. €2,79.

Cornetti con gelato al pecorino e pere

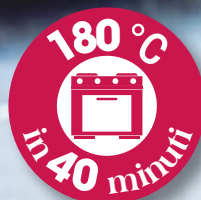
Ingredienti per 6 persone
12 **cornetti piccoli salati**
2-3 **pere coscia** • 1 cucchiaino di **miele** • 1 noce di **burro**
1 **uovo** • qualche fogliolina di **timo**
semi di **sesamo nero** • qualche **chips di pera** • **germogli** (a piacere)
Per il gelato al pecorino: 300 ml di **latte**
25 ml di **panna fresca** • 75 g di **pecorino grattugiato** • 90 g di **zucchero**
15 g di **miele di acacia**
2-3 g di **farina di semi di carrube**

Preparazione
• **Preparate** il gelato al pecorino. Versate in una casseruola il latte, la panna fresca, il pecorino grattugiato, lo zucchero, il miele di acacia e la farina di semi di carrube. • **Mettete** sul fuoco e portate alla temperatura di 70 °C. • **Trasferite** in un contenitore di acciaio e mettete in freezer per circa 2 ore, mescolando ogni 30 minuti per rompere i cristalli di ghiaccio. Sbucciate le pere, eliminate il torsolo e tagliatele a cubetti. • **Fate sciogliere** il burro in una padella, unite i cubetti di pera, il miele e qualche fogliolina di timo, e fate saltare per qualche minuto. • **Spennellate** la superficie dei cornetti con l'uovo, sbattuto e diluito con un goccio di acqua, e cospargete con i semi di sesamo. Fate asciugare, quindi incidete il cornetto nel senso della lunghezza e farcite con una pallina di gelato al pecorino. • **Guarnite** con le pere saltate, qualche germoglio e qualche chips di pera, e servite.

Strudel carciofi e taleggio

180 °C in 40 minuti

Ingredienti per 4-6 persone
250 g di **pasta sfoglia** • 5 **carciofi**
150 g di **taleggio** • 2 spicchi di **aglio**
2 **alici sott'olio** • 1 ciuffo di **menta**
(o di **maggiorana**) • **semi di sesamo**
vino bianco • **olio extravergine di oliva**
sale • **farina** • **burro**

Preparazione
• **Pulite** i carciofi ed eliminate le foglie esterne più dure. Tagliateli a spicchi sottili e fateli saltare in padella con un filo di olio, l'aglio e le alici. • **Profumate** con un po' di menta, sfumate con 1/2 bicchiere di vino, aggiustate di sale e fate cuocere per una decina di minuti. Spegnete e fate raffreddare. Stendete la pasta il più sottile possibile su un piano di lavoro leggermente infarinato. • **Ritagliate** i bordi laterali a strisce di 1 cm e spennellate la sfoglia con un po' di burro fuso. • **Distribuite** sopra i carciofi saltati, il taleggio a fettine e qualche fogliolina di menta. Intrecciate le strisce e chiudete lo strudel. • **Spennellate** la superficie con un po' di burro fuso e spolverizzate con i semi di sesamo. • **Infornate** a 180 °C e fate cuocere per circa 35-40 minuti. Levate, lasciate raffreddare e servite lo strudel, tagliato a fette.

L'alleato in cucina
Pasta sfoglia surgelata **Koch** da 500 g. **€ 2,50**.

Crostatine ai 4 ortaggi

Ingredienti per 8 persone
230 g di **pasta brisée**
150 g di **cimette di broccolo**
150 g di **patate gialle**
150 g di **carote**
150 g di **barbabietola**
150 g di **ricotta affumicata**
1 **cipolla rossa** • 1 **uovo** • **latte**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Mondate**, pulite e tagliate a dadini le patate, le carote e la barbabietola. Sbollentate le cimette di broccolo per 5 minuti in acqua leggermente salata. • **Scolatele** bene al dente e lasciatele intiepidire. Affettate la cipolla e fatela appassire in una casseruola con un filo di olio. • **Unite** la dadolata di ortaggi e fate stufare per 10-15 minuti, bagnando ogni tanto con un goccio di acqua bollente. Quando gli ortaggi saranno cotti al dente, salate, pepate, levate e tenete da parte. • **Mescolate** la dadolata di ortaggi alle cimette di broccolo. Stendete la pasta in una sfoglia sottile, ritagliate tanti dischi e rivestite gli stampini per crostatine, foderati con carta forno tagliata a misura. • **Bucherellate** il fondo con i rebbi di una forchetta e distribuite gli ortaggi. • **Farcite** le basi alternando strati di ortaggi e ricotta, tagliata a scagliette o a dadini. Con i ritagli di pasta create la classica griglia sulle crostatine. • **Spennellate** la griglia con un po' di uovo, sbattuto con un goccio di latte, infornate a 180 °C e fate cuocere fino a doratura. Levate, lasciate intiepidire, sformate e servite.

L'alleato in cucina
Pasta brisée senza glutine **Buitoni** da 500 g. **€ 3,49**.

0,80€ a porzione

Madeleines ▲ al miele e fontina

Ingredienti per 8 persone
100 g di **farina** • 100 g di **burro fuso** (più altro per lo stampo) • 2 **uova**
100 g di **fontina** • 1 cucchiaino di **lievito**
1 cucchiaino di **miele di castagno**
1 ciuffo di **prezzemolo** • **pepe**
Vi servono inoltre: **affettati e salumi misti**

Preparazione
• **Tagliate** la fontina a dadini. Sgusciate le uova in una ciotola, unite il miele e lavorate con un cucchiaio di legno.
• **Aggiungete** la farina, setacciata con il lievito, e amalgamate. Incorporate il burro fuso, unite i dadini di fontina, profumate con un po' di prezzemolo tritato e una macinata di pepe, e mescolate per bene.
• **Imburrate** uno stampo in silicone per madeleines e riempitelo fino a 3/4. Infornate a 180-200 °C e fate cuocere per 7-8 minuti. Al termine le madeleines devono rimanere chiare. • **Levate**, sformate su una griglia, lasciate intiepidire e servite, accompagnando con roselline di prosciutto o di altri affettati, o con fettine di salame.

L'utensile furbo
Stampo in silicone per madeleines.
Tescoma

Vigilia last minute

Non avete ancora pensato alla cena del 24 dicembre? Ecco un menu di magro, perfetto per la sera della Vigilia, ma adatto a ogni occasione, da preparare in poche e semplici mosse

5 ricette "di magro"

Ziti alle sarde e finocchietto

◂ Ziti alle sarde e finocchietto

Ingredienti per 4 persone
12 **ziti lunghi** • 400 g di **sarde già eviscerate e sfilettate** (ma con la pelle)
300 g di **finocchietto selvatico**
100 g di **mollica di pane di grano duro raffermo** • 2-3 **filetti di acciuga sotto sale**
1 spicchio di **aglio** • 1 **cipolla**
50 g di **pinoli già pelati e tostati**
30 g di **uvetta** • 1 bustina di **zafferano**
brodo vegetale • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Mondate** il finocchietto e lessatelo in acqua bollente leggermente salata per 20 minuti. Scolatelo e spezzettatelo (tenendo da parte l'acqua di cottura). • **Fate appassire** in una casseruola la cipolla tritata e l'aglio con un filo di olio; aggiungete i filetti di acciuga, lavati e tagliati a pezzetti, e fateli stemperare.
• **Unite** il finocchietto, bagnate con un mestolo di brodo bollente, e fate stufare per 10 minuti. Profumate con lo zafferano, sciolto in un mestolo di brodo bollente, e fate restringere per 5 minuti. • **Tagliate** a tocchetti i filetti di sarda (tenetene da parte 8 interi), uniteli al brodetto e portate a cottura. Spezzate a metà gli ziti e lessateli nell'acqua di cottura del finocchietto. Scolateli al dente e fateli asciugare su un canovaccio.
• **Scaldate** un filo di olio in una padella, aggiungete la mollica di pane, tritata, e l'uvetta, ben strizzata, e fate rosolare finché la mollica risulterà dorata e croccante; aggiungete i pinoli e lasciate insaporire per 2 minuti. • **Legate** i mezzi ziti a mazzetti di 3, avvolgendo ogni mazzetto in uno dei filetti di sarda tenuti da parte. • **Disponeteli** in una casseruola, condite con un filo di olio, bagnate con un po' del brodetto e fate saltare per 2 minuti. • **Distribuite** il brodetto rimasto nei piatti, aggiungete due mazzetti di mezzi ziti a porzione e la mollica di pane arricchita, pepate, condite con un filo di olio a crudo e servite.

Tips & Tricks

Il finocchietto selvatico conferisce alla pasta con le sarde un aroma inconfondibile. Se però non doveste trovarlo, potete sostituirlo con le barbe del finocchio.

MENU DI PESCE

Lo sapevate che?

Lo storione è un pesce di acqua dolce ricco di omega 3. Completamente privo di lische, è particolarmente indicato per i bambini.

Filetti di storione in salsa di noci

Ingredienti per 4 persone
4 **filetti di storione** da 150 g l'uno
gherigli di noce
250 ml di **panna fresca**
1 spicchio di **aglio** • **farina**
40 g di **burro** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Fate sciogliere** in una padella una noce di burro, mettete l'aglio e fatelo rosolare dolcemente. Infarinate le fette di storione e disponetele in padella. • **Lasciatele rosolare** bene da entrambi i lati e regolate di sale e di pepe. A questo punto, togliete il pesce e tenetelo da parte in caldo. • **Eliminate** anche l'aglio. Tritate finemente 150 g di gherigli di noce, metteteli in padella e fateli leggermente tostare. • **Unite** la panna, regolate di sale e fate riprendere il bollore. • **Aggiungete** nuovamente il pesce e fate cuocere per circa 10 minuti a fiamma dolce. • **Spegnete** e, al momento di servire, accompagnate con un'insalatina fresca guarnita con gherigli di noce.

pronte in 20 minuti

Mazzancolle ai tre agrumi con sedano e olive infornate

Ingredienti per 4 persone
12 **mazzancolle** • 1 costa di **sedano**
1 **cedro** (o **limone**) • 1 **arancia**
1 **pompelmo rosa** • 1 **limone**
100 g di **olive infornate**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Sgusciate** le mazzancolle ed eliminate il filamento scuro dell'intestino. • **Portate a bollore** abbondante acqua, leggermente acidulata con il succo del limone, e scottate velocemente le mazzancolle. • **Scolatele**, raccoglietele in una ciotola e lasciatele raffreddare. Sciacquate il cedro e tagliatelo a fettine sottili con la buccia. • **Pelate** al vivo l'arancia e il pompelmo, e poi fateli a spicchi. Mondate il sedano e fatelo a cubetti. Mettete tutto in una ciotola, condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe. Aggiungete le olive e mescolate. • **Unite** le mazzancolle nella ciotola degli agrumi, mescolate accuratamente e lasciate insaporire per circa 15 minuti prima di servire.

0,60€ a porzione

Insalata ▲ di radicchio variegato

Ingredienti per 4 persone
1 piccolo cespo di **radicchio variegato**
2 **pere mature** • 100 g di **albicocche secche** • 250 g di **gorgonzola**
il succo di 1/2 **arancia**
1 fetta di **pane casereccio**
olio extravergine di oliva
sale e pepe
Per la salsa: 100 g di **nocciole tostate**
1 pizzico di **sale**
125 ml di **olio extravergine di oliva**
la scorza di 1/2 **arancia grattugiata**

Preparazione
• **Preparate la salsa**: frullate con un mixer da cucina le nocciole, il sale, la scorza dell'arancia e l'olio fino a ottenere una salsa omogenea. Lavate il radicchio, mondatelo e tagliatelo a listerelle. • **Sciacquate** e asciugate le pere e, senza sbucciarle, tagliatele a spicchi sottili. Tagliate a cubetti le albicocche e il gorgonzola. Tagliate a cubetti piccoli il pane e fatelo dorare in una padella antiaderente con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe. Levate e tenete da parte. • **Riunite** il radicchio, la dadolata di albicocche secche e le pere in una terrina, irrorate con il succo di arancia e mescolate. • **Aggiungete** il gorgonzola e i crostini, condite con la salsa alle nocciole e servite.

Piccole tatin con mandorle croccanti e salsa alla cannella

Ingredienti per 4 persone
280 g di **pasta frolla** • 1 kg di **mele renette** • 50 g di **zucchero**
100 g di **mandorle sgusciate** • **burro**
Per la salsa: 250 ml di **panna fresca**
1 cucchiaino di **cannella**
30 g di **zucchero a velo** • **fecola**

Preparazione
• **Foderate** con un foglio di carta forno degli stampini per crostatine da 6 cm di diametro, spolverizzate con lo zucchero e poi aggiungete qualche fiocchetto di burro.
• **Sbucciate** le mele, eliminate il torsolo e affettatele sottilmente. • **Disponetele** negli stampini, infornate a 180 °C e fate cuocere per 15 minuti. Sfornate e fate intiepidire. Stendete la frolla e, con l'aiuto di un coppapasta, ricavate 4 dischi. • **Rivestite** gli stampini per crostatina, infornate nuovamente e fate cuocere per 20 minuti.
• **Per la salsa alla cannella**: versate la panna in una padella e fatela scaldare sul fuoco. Aggiungete lo zucchero a velo, un pizzico di cannella e 1 cucchiaio di fecola, e mescolate con un cucchiaio di legno. Quando avrete ottenuto una salsa vellutata e cremosa, togliete dal fuoco. • **Sfornate** le tatin, sformatele, eliminate la carta forno e servitele tiepide con la salsa alla cannella.

Occhio alla mossa!

Adagiate i dischi di frolla sul ripieno, solo dopo che si sarà leggermente intiepidito.

esercizi di stile

Il pranzo di Natale è l'occasione giusta per stupire amici e parenti: con un tocco di creatività ed eleganza, lascerete tutti a bocca aperta

“Torrone” di tacchino e maiale con pistacchi zenzero e amarene sciroppate

Ingredienti per 4 persone
800 g di **petto di tacchino**
200 g di **polpa di maiale macinata**
300 g di **pancetta affettata sottile**
100 g di **pistacchi già sgusciati**
1 **scalogno** • 3 foglie di **alloro**
100 g di **amarene sciroppate**
40 g di **burro a pomata** • 1 cucchiaino di **spezie miste** • 50 g di **zenzero**
cognac • qualche fetta di **pan brioche**
sale e pepe

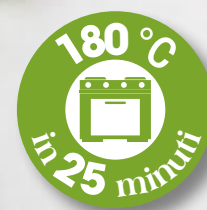
Preparazione
• **Sbucciate** lo zenzero e tagliatelo a pezzetti. Tritate finemente il petto di tacchino e raccogliete il trito in una ciotola. • **Aggiungete** il macinato di maiale, il burro a pomata e lo scalogno, tritato, insaporite con un goccio di cognac, pepate e amalgamate. • **Unite** lo zenzero a pezzetti, i pistacchi, le amarene intere e le spezie, e mescolate. Al termine, regolate di sale. • **Foderate** uno stampo da plumcake con le fette di pancetta facendole debordare (tenetene da parte qualcuna) e disponete sul fondo le foglie di alloro. • **Riempite** lo stampo con il composto preparato e compattate. • **Ripiegate** le fette di pancetta sul composto e aggiungete quelle tenute da parte per chiudere bene. • **Disponete** lo stampo in una teglia che possa andare in forno e versate nella teglia acqua calda fino ad arrivare a metà dell'altezza dello stampo. • **Mettete** in forno già caldo a 150 °C e fate cuocere a bagnomaria per 50 minuti. • **Levate**, lasciate raffreddare e servite a fette, con le fette di pan brioche, tostate in forno.

1

2

3

Fonduta di formaggi

180 °C in 25 minuti

Scrigno di lasagne con pappardelle paglia e fieno fonduta e radicchio rosso

◂ Scrigno di lasagne con pappardelle paglia e fieno fonduta e radicchio rosso

Ingredienti per 4-6 persone
300 g di **pasta fresca all'uovo**
300 g di **pasta fresca all'uovo con spinaci**
2 cespi di **radicchio trevigiano**
80 g di **parmigiano** • 1/2 bicchiere di **vino rosso** • 1 **scalogno**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Pulite** i cespi di radicchio, lavateli accuratamente e tagliate le foglie a julienne. • **Tritate** lo scalogno e fatelo rosolare in una padella con un filo di olio; unite il radicchio, salate, pepate e lasciate rosolare per qualche minuto. • **Bagnate** con il vino, fate asciugare completamente e infine spegnete. Tirate le due paste e ricavate delle sfoglie sottili rettangolari da 10x20 cm. • **Sbollentate** 3 sfoglie gialle e 3 verdi per 3 secondi in acqua bollente e salata, quindi scolatele e sistematele delicatamente su un panno, pulito e spolverizzato con il parmigiano. • **Ungete** con un filo di olio uno stampo da 24 cm di diametro e rivestite il fondo con le sfoglie, alternando i colori e sovrapponendole leggermente. • **Tagliate** il resto della pasta in tante pappardelle e lessatele in acqua bollente. Scolatele molto al dente e conditele con la fonduta e il radicchio. Versate il tutto nello stampo e ripiegate le sfoglie di pasta verso l'interno. • **Cospargete** con abbondante parmigiano grattugiato e infornate a 180 °C per circa 25 minuti. • **Sfornate** e lasciate riposare per almeno mezz'ora, quindi portate in tavola e servite.

Fonduta di formaggi

Fate sciogliere **40 g di burro** in una casseruola; unite **40 g di farina**, mescolate e fate tostare. Versate a filo **1/2 l di latte caldo** e fate cuocere, mescolando in continuazione, fino ad addensamento. Incorporate **50 g di parmigiano**, **80 g di fontina** e **50 g di taleggio**, grattugiati, e fate sciogliere. Quindi regolate di **sale** e di **pepe**, e poi spegnete.

Minestra maritata

Ingredienti per 4-6 persone
3 **carote** • 1 **cipolla** • 2 coste di **sedano** • 500-600 g di **gallina** (o 1/2 **gallina**) • 100 g di **manzo**
50 g di **salame napoletano**
3 **salsicce fresche** • 1 **osso di prosciutto** (facoltativo)
3,5 kg di **verdure miste** (tra **verza**, **scarola liscia**, **scarola riccia**, **broccoli neri**, **cicoria** e **borragine**) • 70 g di **pepe nero in grani** • **cacioricotta grattugiato**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Fate rosolare** in una casseruola gli odori con un filo di olio; unite la gallina, il manzo, le salsicce, il salame (il tutto tagliato a pezzi) e l'osso di prosciutto, e mescolate. • **Coprite** a filo con l'acqua, aggiungete il pepe in grani e lasciate cuocere per circa un'ora e 15 minuti, schiumando il brodo di tanto in tanto. • **Filtrate** il brodo per almeno un paio di volte e lasciate raffreddare bene in modo che tutto il grasso salga in superficie. • **Eliminate** il grasso in eccesso e rimettete sul fuoco. Pulite e tagliate le verdure miste, quindi versatele nel brodo, salate e fatele cuocere per una mezz'ora. • **Distribuite** le verdure e qualche pezzo di carne nelle terrine, bagnate con il brodo, completate con il cacioricotta e servite.

Faraona bardata farcita con porcini e castagne

Ingredienti per 4-6 persone
1 **faraona già disossata** da circa 2 kg
150 g di **pancetta tesa a fette**
400 g di **porcini**
400 g di **castagne già lessate**
200 g di **carne mista macinata**
200 g di **taleggio di alpeggio**
50 ml di **panna fresca**
1 rametto di **rosmarino**
1-2 foglie di **salvia**
1 spicchio di **aglio** • 1 **cipolla**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Stendete** la faraona su un tagliere, salatela, pepatela, massaggiatela e lasciatela riposare per qualche minuto. • **Pulite** i porcini e tagliateli a fettine; trasferiteli in una teglia da forno, aggiungete le castagne e condite tutto con un filo di olio, l'aglio, la cipolla a fettine e un pizzico di sale e di pepe. • **Infornate** a 200 °C per circa 20 minuti. Levate e tenete da parte. • **Fate rosolare** in una padella la carne macinata con un filo di olio; condite con un pizzico di sale e di pepe, e profumate con il rosmarino e la salvia tritati. Spegnete e fate raffreddare, quindi unitevi i porcini e le castagne, e amalgamate accuratamente. • **Stendete** la farcia sulla faraona e arrotolate. Avvolgete il rotolo ottenuto con le fettine di pancetta e legate con spago da cucina; infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 40 minuti. • **Raccogliete** in un pentolino il taleggio a dadini e la panna; mettete sul fuoco e fate fondere su fiamma dolce. • **Sfornate** la faraona; portate in tavola e servite con la fonduta.

Christmas tree ai frutti di bosco e prosecco

Stupite tutti con 5€

Ingredienti per 8 persone
500 ml di **succo di mirtillo e lampone**
500 ml di **prosecco**
300 g di **zucchero**
20 g di **gelatina**
olio di semi
alchechengi (a piacere)

Preparazione
• **Fate ammollare** la gelatina in acqua fredda. Ungete uno stampo a forma di albero. • **Versate** il succo di mirtillo e lampone e il vino in una casseruola insieme allo zucchero e mescolate a lungo, finché lo zucchero sarà completamente sciolto. • **Mettete** sul fuoco, portate a bollore e lasciate sobbollire per circa 1 minuto. • **Spegnete** e versate 250 ml di liquido caldo in una caraffa. Unite i fogli di gelatina, ben strizzati, e fateli sciogliere completamente, mescolando.
• **Trasferite** nuovamente il liquido nella casseruola, mettete su fuoco dolce e mescolate per circa 1 minuto. Versate quindi il liquido nello stampo, e fate raffreddare in frigo per almeno 12 ore. Trascorso il tempo, sformate la gelatina su un piatto da portata e decorate, a piacere, con gli alchechengi.

L'utensile furbo
Stampo a forma di albero di Natale in silicone.

Tips&*Tricks*
Per sformare più facilmente la gelatina, immergete il bordo dello stampo in acqua calda per circa 15 secondi.

8 magie di pasta all'uovo

Fresca e ripiena, la pasta all'uovo è il must di pranzi e cenoni di festa. In versione multicolor si trasforma poi in un'esplosione di gusto… e presentazione

Ravioli allo zenzero ripieni di pollo e verdure

Ingredienti per 4 persone
Per i ravioli: 3 **uova**
300 g di **farina** • radice di **zenzero**
Per il ripieno: 400 g di **petto di pollo macinato** • 1 **carota**
1 **zucchina** • 1 costa di **sedano**
60 g di **parmigiano grattugiato**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**
Per il condimento: 300 g di **funghi misti**
1 **scalogno** • 1 ciuffo di **prezzemolo**
parmigiano grattugiato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Per i ravioli**: fate la classica fontana con la farina. Unite al centro le uova e la radice di zenzero grattugiata. Lavorate energicamente, formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fatela riposare per circa 30 minuti.
• **Per il ripieno**: mondate le verdure e tagliatele a cubetti; fatele cuocere velocemente in padella con un filo di olio, regolando di sale e di pepe. Spegnete e fate raffreddare. • **Raccogliete** le verdure in una ciotola, unite la carne macinata e il parmigiano grattugiato; salate, pepate e amalgamate accuratamente.
• **Tirate** la sfoglia con il matterello e ricavate tante strisce di circa 12 cm di lunghezza. • **Formate** con l'aiuto di un sac à poche una striscia di ripieno al centro della sfoglia, nel senso della lunghezza. • **Arrotolate** a mo' di cannellone, e tagliatela ricavando tanti ravioli di circa 3 cm.
• **Per il condimento**: tritate finemente lo scalogno e fatelo rosolare con un filo di olio; tagliate i funghi a lamelle sottili, uniteli in padella e fateli saltare velocemente a fiamma vivace. Regolate di sale e di pepe e profumate con il prezzemolo tritato. • **Lessate** i ravioli in abbondante acqua salata, scolateli e versateli in padella. Mantecate, spolverizzate con il parmigiano grattugiato, portate in tavola e servite.

1€ a porzione

Occhio al riposo!

Uno sbaglio che si fa di frequente, quando si prepara la pasta all'uovo, è quello di non far riposare l'impasto. Una volta preparato, concedetegli almeno una mezz'ora di pausa. Questo tempo è necessario per la formazione della maglia glutinica.

Caramelle alle carote e miele ripiene di maiale

Ingredienti per 4 persone
Per le caramelle: 300 g di **farina**
2 **carote** • 2 **uova**
1 cucchiaio di **miele**
Per il ripieno: 300 g di **lonza di maiale macinata** • 40 g di **nocciole già sgusciate** • 40 g di **mandorle già pelate** • 1 **uovo** • **sale e pepe**
Per la salsa di nocciole:
80 g di **nocciole già sgusciate**
70 g di **pancetta stagionata**
1/4 di **cipolla** • 40 g di **burro**
vino bianco

Tips & Tricks

Stendete la sfoglia molto sottile. Sfoglie spesse avranno come risultato una pasta dai bordi crudi o dal cuore stracotto.

Stupite tutti con 3,90€

Preparazione

• **Per le caramelle**: spuntate e pelate le carote. Lessatele e poi riducetele in purea. • **Raccogliete** la purea ottenuta nel bicchiere del mixer, unite le uova e il miele, e frullate. • **Disponete** la farina a fontana e unite al centro il composto di uova e carote. Lavorate energicamente, formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fatela riposare per circa 30 minuti.
• **Per il ripieno**: tritate finemente le mandorle e le nocciole. Raccoglietele in una ciotola, unite il macinato di lonza e l'uovo, e amalgamate. Regolate di sale e di pepe. • **Per la salsa di nocciole**: fate rosolare la cipolla tritata finemente con il burro. Unite la pancetta, tagliata a listerelle sottili, sfumate con 1/2 bicchiere di vino e poi aggiungete le nocciole, tritate grossolanamente. Mescolate e spegnete.
• **Tirate** la sfoglia con il matterello e ricavate tanti rettangoli (da 10x6 cm); distribuite al centro un po' di ripieno e chiudete dalla parte più lunga, facendo attenzione che i due lati lunghi si sovrappongano. • **Date forma** di caramella torcendo le due estremità. Proseguite a realizzare le caramelle, fino a esaurimento degli ingredienti. • **Lessate** le caramelle in abbondante acqua salata, scolatele e versatele in padella con il condimento.
• **Mantecate**, portate in tavola e servite.

Occhio alla mossa!

IL METODO INFALLIBILE

TORTELLI RIPIENI: la ricetta superfacile per prepararli in casa in meno di un'ora

GLI INGREDIENTI. 400 g di farina, 5 uova, 150 g di stracchino, 100 g di parmigiano grattugiato, 150 g di ricotta, sale e pepe.

LA SFOGLIA ALL'UOVO: setacciate la farina e disponetela a fontana. Unite al centro le uova e iniziate a sbatterle con una forchetta. Quando le uova saranno ben amalgamate, incorporate la farina partendo dal centro della fontana. Lavorate fino a ottenere un impasto omogeneo. Formate una palla, copritela con pellicola trasparente e fate riposare per 30 minuti; quindi stendetela in 2 sfoglie di uguali dimensioni.

IL RIPIENO: amalgamate in una ciotola lo stracchino, la ricotta e il parmigiano, e profumate con il pepe. Farcite una delle due sfoglie con il ripieno di formaggio, quindi coprite con la seconda sfoglia, sigillando bene i bordi.

IL TAGLIO: ritagliate la sfoglia con una rotella dentellata, ricavando prima tante strisce e poi dei quadratini. Separateli e lasciateli asciugare per un'ora.

IL BRODO: cuoceteli in un brodo di carne o vegetale o, per una versione ancora più veloce, in acqua bollente e salata, se volete servirli asciutti.

IL RAGÙ: se preferite i tortelli asciutti, conditeli con un ragù bianco, ai funghi o al tartufo, o con un ragù di carne (meglio se alla bolognese).

Stelle al doppio radicchio rosso

Ingredienti per 4 persone
Per le stelle: 300 g di **farina**
1 cespo di **radicchio rosso** • 1 **uovo**
Per il ripieno: 2 cespi di **radicchio rosso**
200 g di **ricotta** • 2 **scalogni**
60 g di **parmigiano grattugiato**
1/2 bicchiere di **vino rosso**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**
Per la salsa: 250 ml di **besciamella**
150 g di **taleggio**

Preparazione
• **Per le stelle**: fate stufare in una padella il radicchio, tagliato a listerelle, con un goccio di acqua. Spegnete e fate raffreddare. Frullate quindi il radicchio, ben strizzato, in un mixer con l'uovo. Disponete la farina a fontana e unite al centro il composto di uova e radicchio. • **Lavorate** energicamente, formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fatela riposare per circa 30 minuti. • **Per il ripieno**: tritate gli scalogni e fateli rosolare in padella con un filo di olio; unite il radicchio, mondato e tagliato a listerelle sottili, salate e pepate. • **Versate** il vino, sfumate e portate a cottura. Quasi al termine della cottura, alzate la fiamma e fate asciugare. • **Raccogliete** la ricotta in una ciotola; unite il parmigiano, il radicchio cotto e amalgamate. Regolate di sale e di pepe. • **Tirate** la pasta con un matterello e ricavate due sfoglie. • **Distribuite** su una di queste noci di ripieno, ben distanziate tra loro. • **Coprite** con l'altra sfoglia, schiacciate leggermente con le dita per sigillarle e con un coppapasta a forma di stella ricavate tante stelle. • **Scaldate** la besciamella, unite il taleggio, tagliato a dadini, e fate sciogliere su fiamma dolce. • **Lessate** le stelle in abbondante acqua salata, scolatele, condite con la salsa al taleggio e servite.

Tips & Tricks

Sigillate bene la sfoglia intorno al ripieno, altrimenti, in cottura, si potrebbero formare delle bolle di aria e la pasta potrebbe rompersi.

L'alleato in cucina

Stampini per ravioli della linea classic di **Marcato**. Disponibili in 7 forme diverse a partire da ***€6,50***.

1,50€ a porzione

Cappellacci di rapa rossa ripieni di bietole e patate

Ingredienti per 4 persone
Per i cappellacci: 300 g di **farina**
2 **uova** • 1 **rapa rossa già cotta**
Per il ripieno: 3 **patate già lessate**
500 g di **bietole già lessate**
60 g di **parmigiano grattugiato**
sale e pepe
Per il condimento: 1 **scalogno**
2 **salsicce** • 50 g di **foglie di bietola** (solo la parte verde) • **parmigiano grattugiato** • **olio extravergine di oliva**
sale e pepe

Preparazione
• **Per la pasta**: frullate nel bicchiere di un mixer la rapa rossa a dadini con le uova. Fate la classica fontana con la farina e unite al centro il composto di uova e rapa. • **Lavorate** energicamente, formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fatela riposare per circa 30 minuti. • **Per il ripieno**: passate le patate ancora calde allo schiacciapatate. Raccoglietele in una ciotola con il parmigiano e le bietole, tritate. Salate, pepate e amalgamate. • **Tirate** la sfoglia e ricavate tanti quadrati da 8 cm di lato. • **Disponete** al centro il ripieno. Piegate a metà, realizzando un triangolo, e unite le due punte della base in modo da ottenere un cappellaccio. Proseguite a realizzare i cappellacci, fino a esaurimento degli ingredienti. • **Per il condimento**: fate rosolare lo scalogno tritato con un filo di olio e le salsicce, spellate e sgranate. • **Unite** le foglie di bietola a listerelle, e regolate di sale e di pepe. • **Lessate** i cappellacci e versateli in una padella con il condimento. Spolverizzate con il parmigiano e servite.

pronti in 50 minuti

Tortelli aromatici ▲ ripieni di asiago

Ingredienti per 4 persone
Per la pasta: 3 **uova** • 300 g di **farina**
1 ciuffo di **timo** • 1 ciuffo di **prezzemolo**
1 ciuffo di **maggiorana**
Per il ripieno: 200 g di **asiago**
150 g di **ricotta** • 70 g di **parmigiano**
sale e pepe
Per il condimento: **burro** • 100 g di **asiago**
erbe aromatiche (**timo**, **prezzemolo**, **maggiorana**)

Preparazione
• **Per la pasta**: sfogliate le erbe aromatiche e sciacquatele sotto l'acqua corrente. Tritatele finemente, raccoglietele nel bicchiere del mixer con le uova e frullate. Lavorate energicamente la farina con il composto di uova e le erbe aromatiche. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fatela riposare per circa 30 minuti. • **Per il ripieno**: tagliate il formaggio a cubetti e amalgamateli con la ricotta e il parmigiano grattugiato. Salate e pepate. • **Tirate** la pasta con il matterello e ricavate due sfoglie. • **Distribuite** su una di queste noci di ripieno, ben distanziate tra loro. Coprite con l'altra sfoglia, schiacciate leggermente con le dita per sigillare e con un tagliaravioli ricavate i tortelli. • **Lessate** la pasta in abbondante acqua salata. Nel frattempo fate sciogliere in padella una noce di burro; unite le erbe aromatiche tritate e lasciate insaporire. • **Scolate** la pasta, versatela in padella e mantecate velocemente, aggiungendo l'asiago, tagliato a listerelle. Impiattate e servite.

Fagottini agli spinaci ripieni di carciofi e timo

Ingredienti per 4 persone
Per i fagottini: 100 g di **purea di spinaci** • 2 **uova** • 300 g di **farina**
50 g di **farina di semola**
Per il ripieno: 3 **carciofi**
60 g di **parmigiano reggiano**
30 g di **pecorino** • 3 rametti di **timo**
1 spicchio di **aglio** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**
Per il condimento: 300 g di **pomodorini**
3 rametti di **timo** • 1 spicchio di **aglio**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Per i fagottini**: frullate in un mixer la purea di spinaci con le uova. Miscelate le farine e disponetele a fontana. • **Unite** al centro il composto di uova e spinaci, e lavorate energicamente. Formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fatela riposare per circa 30 minuti. • **Per il ripieno**: fate rosolare lo spicchio di aglio con un filo di olio, unite i carciofi a spicchi sottili e il timo. Salate, pepate e portate a cottura. Spegnete, fate raffreddare e poi tritate. • **Raccogliete** il trito in una ciotola con il pecorino e il parmigiano, e amalgamate. Regolate di sale e di pepe. • **Per il condimento**: fate rosolare in padella lo spicchio di aglio con un filo di olio; unite i pomodorini a spicchi e saltate velocemente a fiamma vivace. Salate, pepate e profumate con abbondante timo. • **Tirate** la sfoglia e ricavate tanti quadrati (da 5 cm di lato); distribuite al centro un po' di ripieno e chiudete i fagottini, facendo aderire i lati a triangolo. • **Lessate** la pasta in abbondante acqua salata, scolatela, conditela con la salsa di pomodoro, e servite.

Tortelloni allo ▲ zafferano ripieni di porri e robiola

Ingredienti per 4 persone
Per la pasta: 300 g di **farina** • 3 **uova**
1 bustina di **zafferano**
Per il ripieno: 150 g di **robiola**
50 g di **parmigiano grattugiato** • 3 **porri**
1 ciuffo di **prezzemolo** • 1 spicchio di **aglio**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**
Per il condimento: 100 g di **prosciutto cotto**
250 ml di **passata di pomodoro**
parmigiano grattugiato • **burro**

Preparazione
• **Per la pasta**: fate la classica fontana con la farina e unite al centro le uova e lo zafferano. Lavorate energicamente, formate una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e fatela riposare per circa 30 minuti. • **Per il ripieno**: pulite i porri e tagliateli a julienne. Fate rosolare lo spicchio di aglio in padella con un filo di olio, unite i porri e fateli stufare. Aggiustate di sale e di pepe. Spegnete, fate raffreddare ed eliminate l'aglio. • **Raccogliete** i porri in una ciotola, unite la robiola, il prezzemolo tritato e il parmigiano, e amalgamate accuratamente. Con il matterello tirate la pasta e ricavate due sfoglie. • **Distribuite** su una di queste noci di ripieno, ben distanziate tra loro. • **Coprite** con l'altra sfoglia, schiacciate leggermente con le dita per sigillarle e con un coppapasta rotondo (da 10 cm di diametro) ricavate tanti dischi. • **Per il condimento**: tagliate il prosciutto a listerelle sottili e fate rosolare in padella con una noce di burro.
Unite la passata di pomodoro, mescolate e fate cuocere per 1 minuto. • **Lessate** la pasta, scolatela e trasferitela nella padella. Saltate velocemente, spolverizzate con il parmigiano e servite.

Cappelletti in brodo

Ingredienti per 4 persone
450 g di **sfoglia all'uovo** • 1 **uovo**
90 g di **ricotta** • 90 g di **caprino**
30 g di **parmigiano grattugiato**
200 g di **petto di cappone**
brodo di cappone
1 foglia di **salvia** • **noce moscata**
scorza di limone • **burro**
sale e pepe

Preparazione
• **Fate cuocere** in una casseruola la carne con una noce di burro, salate, pepate e profumate con la salvia. Tritate quindi la carne e raccoglietela in una ciotola. • **Unite** l'uovo, i formaggi e la scorza grattugiata del limone, profumate con la noce moscata, aggiustate di sale e amalgamate. • **Tirate** la sfoglia a circa 3 mm di spessore e ricavate tanti quadrati da circa 4 cm di lato. • **Farcite** al centro con noci di ripieno, e richiudete il quadrati a triangolo, sigillando bene i bordi. Unite quindi i due lati del triangolo, sovrapponendoli leggermente (se la sfoglia risulta troppo asciutta, bagnate i bordi con un goccio di acqua). • **Lessate** i cappelletti nel brodo di cappone per pochi minuti, impiattate e servite.

Fateli a Santo Stefano!

Il brodo del 26 dicembre

Tradizione vuole che il giorno di Santo Stefano si preparino i cappelletti in brodo per ristorare il corpo dopo gli sfarzi del banchetto di Natale.

Brodo di cappone

Mondate e tagliate grossolanamente **1 cipolla**, **1 carota** e **1 costa di sedano**. Pulite e lavate **1 cappone** e raccogliete tutto in una casseruola. Coprite con **3 l di acqua**, mettete sul fuoco e fate cuocere per circa 3 ore. Spegnete e filtrate.

Aspettando MEZZANOTTE

Tante idee facili e sfiziose, da preparare in anticipo e completare all'ultimo momento, da sbocconcellare dopo un teatro o un cinema, o perché no? Per un compleanno a sorpresa allo scoccare della mezzanotte

8 portate per 1 buffet

Crostino di bufala all'alloro in barchetta

Stupite tutti con 3€

Crostino di bufala all'alloro in barchetta

Ingredienti per 4-6 persone
500 g di **mollica di pane di grano duro** (meglio se di un paio di giorni)
2 bicchieri di **latte** • 2 **albumi**
8 **ovoline di bufala**
16 foglie di **alloro**
pangrattato • **paprica verde**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Tagliate** la mollica di pane a cubetti, raccoglieteli in una ciotola con il latte e lasciate ammorbidire per una mezz'ora.
• **Aggiungete** gli albumi, condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, e impastate accuratamente. • **Distribuite** il composto negli stampini a barchetta, unti di olio e cosparsi con il pangrattato, e pressate bene, lasciando una cavità all'interno. • **Infornate** le barchette a 200 °C per 30 minuti fino a quando saranno ben dorate e croccanti.
• **Sfornatele**, sformatele e trasferitele in una teglia bassa (pronte per essere scaldate al momento del servizio).
• **Disponete** nel frattempo le foglie di alloro in una padella ben calda, affiancandole a coppie. Su ogni coppia mettete una ovolina, incoperchiate e fate sciogliere la bufala (non completamente). Quando le barchette saranno ormai calde, sfornatele e conditele con un filo di olio.
• **Adagiate** all'interno di ognuna una ovolina, facendola scivolare dalle foglie di alloro (che non dovranno essere servite). • **Cospargete** a piacere con un pizzico di paprica e servite.

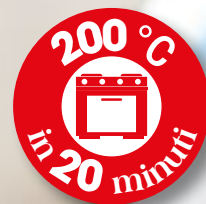
Accompagnate con...

Servite questo starter con un buon prosecco. Coinvolgerà gli ospiti, li farà sentire a casa loro e allo stesso momento vi darà il tempo di completare le successive portate.

Éclairs con crema di formaggi piccanti e finocchi

Ingredienti per 4-6 persone
Per la pasta choux: 1/2 l di **acqua**
300 g di **farina** • 200 g di **margarina**
12 **uova** • 50 g di **pecorino**
1 cucchiaino di **pepe** • **sale**
Per il ripieno: 400 g di **formaggi piccanti misti a lunga e media stagionatura** • 2 **finocchi**
50 g di **burro** • 100 g di **parmigiano**
1 cucchiaio di **miele di acacia** (facoltativo) • **crema di latte** • **sale**
Vi serve inoltre: **miele di acacia**

Preparazione
• **Fate fondere** il burro in un tegame, unite i finocchi, tagliati a fettine, un pizzico di sale e 1/2 bicchiere di acqua, incoperchiate e fate stufare per 20 minuti. • **Togliete** il coperchio, alzate la fiamma e fate evaporare il liquido di cottura. Unite il parmigiano grattugiato e lasciate cuocere per 5 minuti, sempre mescolando spesso. • **Riducete** il tutto in crema con un mixer e fate raffreddare. Grattugiate i formaggi piccanti e raccoglieteli in una ciotola con la crema di latte; amalgamate fino a ottenere una crema spalmabile.
• **Per la pasta choux**: portate a bollore l'acqua con un cucchiaino di sale e la margarina a cubetti. Appena l'acqua bolle, versate la farina, il pecorino e il pepe, mescolate e fate cuocere per 5 minuti finché il composto non si staccherà dai bordi della pentola.
• **Stendete** il composto su un piano di marmo e fate raffreddare bene.
• **Trasferite** il composto in una ciotola e incorporate le uova, uno alla volta.
• **Raccogliete** il composto in un sac à poche e realizzate tanti piccoli éclairs, lunghi circa 4 cm, su una teglia con carta forno. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti. Levate e lasciate raffreddare. • **Tagliate** a metà gli éclairs e, con un sac à poche, farciteli con i due ripieni.
• **Chiudeteli**, cospargete quelli al formaggio con un filo di miele e servite.

200 °C in 20 minuti

Penne croccanti alla marinara e pecorino

Ingredienti per 4 persone
500 g di **penne**
500 g di **passata di pomodoro**
2 spicchi di **aglio**
1 **peperoncino**
4 **filetti di acciuga sott'olio**
1 cucchiaio di **capperi in salamoia**
1 cucchiaio di **prezzemolo tritato**
1/2 bicchiere di **vino bianco secco**
300 g di **pecorino stagionato**
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione
• **Fate soffriggere** in una padella l'aglio e un trito di peperoncino e capperi con 4 cucchiai di olio; unite le acciughe, scolate, e sfaldatele con l'aiuto di una forchetta. • **Sfumate** con il vino, versate la passata di pomodoro, alzate la fiamma e fate cuocere per 5 minuti. Profumate infine con il prezzemolo tritato. • **Lessate** la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e versatela in padella con la salsa. • **Fatela saltare** velocemente in padella, quindi versatela in una ciotola e lasciatela raffreddare. Al momento del servizio, scaldate per bene una padella, cospargetela con metà pecorino grattugiato e lasciate sciogliere leggermente; versate la pasta e disponetela uniformemente su tutta la superficie. • **Irrorate** con 4 cucchiai di olio e spolverizzate con il pecorino restante. Quando il formaggio avrà formato una crosticina dorata, girate la pasta con una spatola. • **Lasciate cuocere** per qualche minuto e girate ancora fino a quando i lati saranno diventati ben croccanti. Impiattate e servite.

Tips & Tricks

Cuocete la pasta e la salsa prima dell'arrivo degli ospiti e dedicatevi alla finitura croccante solo al momento del loro arrivo.

Stupite tutti con 2€

Fior di tonno ▲ e avocado

Ingredienti per 4-6 persone
5 fette di **tonno affumicato**
10 **pomodorini**
1 **avocado** • 1 **lime**
1 cucchiaio di **semi di sesamo**
qualche goccia di **tabasco**
qualche foglia di **sedano**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Aprite** l'avocado, prelevate la polpa e raccoglietela nel bicchiere del mixer; aggiungete il succo del lime, il tabasco, un cucchiaio di olio e un pizzico di sale, e frullate fino a ottenere una crema omogenea.
• **Unite** i semi di sesamo e mescolate. Lavate i pomodorini e spaccateli in quattro nel senso della lunghezza, lasciandoli uniti alla base. • **Eliminate** la polpa e i semi, e aprite bene a fiore.
• **Componete** al centro del fiore una piccola rosellina con mezza fetta di tonno, divisa nel senso della lunghezza. Mettete al centro della rosa la crema di avocado, aiutandovi con un sac à poche.
• **Disponete** i fiori nei piatti da portata, su cui avrete messo una foglia di sedano, e servite.

Polpettine di tacchino e arancia

Ingredienti per 4-6 persone
500 g di **carne di coscio di tacchino**
200 g di **patate già lessate**
50 g di **parmigiano grattugiato**
2 **uova** • 1 **arancia** • 40 g di **burro**
farina • **sale e pepe**
Per la salsa: 500 g di **passata di pomodoro** • 40 g di **burro**
1 **cipolla** • 1 costa di **sedano**
1 tazzina di **vodka** • 2 fette di radice di **zenzero** • **sale**
Per la guarnizione: 4-6 **arance**

Preparazione
• **Schiacciate** le patate con uno schiacciapatate. • **Macinate** finemente il tacchino e amalgamatelo con le patate, il parmigiano, la scorza d'arancia grattugiata e le uova. Regolate di sale e di pepe. Formate, aiutandovi con un po' di farina, tanti serpentelli del diametro di 1 cm e 1/2, quindi tagliateli e formate delle polpettine di 2 cm.
• **Scaldate** il burro in padella, disponete le polpettine e fatele rosolare velocemente. • **Per la salsa**: mondate e tritate finemente la cipolla e il sedano, quindi fateli soffriggere in padella con il burro. • **Fiammeggiate** con la vodka, unite le fettine di zenzero e la passata di pomodoro, salate e fate cuocere per 30 minuti. Mettete le polpettine e proseguite la cottura per altri 10 minuti. Servite le polpettine nelle scorze delle arance, private del frutto, e servite.

Accompagnate con...
Spicchi di arancia canditi nel caramello salato

In un pentolino fate sciogliere **200 g di zucchero** fino a renderlo di colore dorato scuro; interrompete la cottura versando **60 g di acqua tiepida** (facendo molta attenzione a eventuali schizzi di caramello) e scioglietevi **4 g di sale**. Passate velocemente gli **spicchi di arancia** nel caramello e fateli scolare su una griglia.

Torrette di manzo ripiene di carciofi

Ingredienti per 6 persone
1 kg di **macinato di manzo** (**controfiletto** o **filetto**) • 2 cucchiai di **capperi** • 4 **acciughe sott'olio**
4 **carciofi** • 1 **limone** • 2 spicchi di **aglio** • 1 cucchiaio di **prezzemolo**
6 foglie di **mentuccia**
olio extravergine di oliva
sale e pepe
Per l'emulsione: 1/2 bicchiere di **olio extravergine di oliva** • 1/2 bicchiere di **barolo** • 2 foglie di **alloro**
4 bacche di **ginepro** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Mondate** i carciofi e ricavate solo la parte più tenera; irrorateli con il succo di 1/2 limone, in modo da non farli annerire, e poi tagliateli a cubetti. • **Fate soffriggere** in una casseruola l'aglio con un filo di olio, e il prezzemolo e la mentuccia, tritati. • **Unite** i carciofi, regolate di sale e di pepe, versate 1/2 bicchiere di acqua e fate cuocere per 20 minuti. • **Raccogliete** la carne in una ciotola, aggiungete le acciughe e i capperi, tritati, e mescolate bene. • **Componete** le torrette dandogli una forma cilindrica e disponendo all'interno il ripieno di carciofi. Trasferitele su un tagliere e tenete da parte. • **Preparate** l'emulsione frullando con un frullatore a immersione le bacche di ginepro, l'alloro, il barolo e un pizzico di sale e di pepe. • **Fate riposare** per un'ora in frigorifero, quindi passate il tutto a un colino, aggiungete l'olio ed emulsionate nuovamente con il frullatore. • **Distribuite** l'emulsione nelle ciotoline e servitela insieme alle torrette.

Tips & Tricks
Le torrette di manzo non vanno cotte all'interno, ma solo leggermente rosolate.

L'alleato in cucina
Bacche di ginepro Sigma. **€ 1,49**.

Funghi ripieni ▲ di formaggio e noci

Ingredienti per 4-6 persone
10 **funghi champignon**
150 g di **emmentaler**
50 ml di **crema di latte**
10 fili di **erba cipollina**
5 gherigli di **noce**
3 cucchiai di **pangrattato**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Pulite** i funghi, privateli dei gambi e disponete le cappelle su una teglia con le lamelle poste verso l'alto.
• **Condite** con un filo di olio, un pizzico di sale e l'erba cipollina, tagliuzzata finemente; spolverizzate con il pangrattato e infornate a 200 °C per circa 20 minuti.
• **Frullate** nel frattempo il formaggio con la crema di latte fino a ottenere un composto cremoso e omogeneo. • **Raccoglietelo** in un sac à poche con bocchetta rigata e tenete da parte. Trascorso il tempo di cottura, sfornate i funghi e lasciateli raffreddare. • **Farcite** quindi le cappelle dei funghi con la crema, guarnite con i gherigli di noce e servite.

Tips & Tricks
Potete utilizzare i gambi dei funghi per preparare un goloso ragù.

Madeleines al cocco e cioccolato bianco

Ingredienti per 6 persone
120 g di **burro fuso**
150 g di **zucchero**
3 **uova** • 120 g di **farina**
40 g di **farina di cocco**
40 g di **amido di mais**
1/2 cucchiaino di **lievito**
100 g di **cioccolato bianco**
30 g di **cocco rapé**
sale

Preparazione
• **Sbattete** le uova con un pizzico di sale e 130 g di zucchero fino a ottenere un composto liscio e cremoso. Aggiungete il burro fuso e amalgamate. • **Incorporate** quindi un po' alla volta le 2 farine setacciate, il lievito e l'amido, senza lavorare troppo. Al termine, mettete in frigo e lasciate riposare per un'ora. • **Distribuite** il composto in uno stampo per madeleines, infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 12 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare; quindi sformate le conchiglie. • **Fate sciogliere** lo zucchero rimasto in mezzo bicchiere di acqua, spennellate uno dei lati delle conchiglie e spolverizzate con il cocco rapé. • **Fate fondere** a bagnomaria il cioccolato bianco, quindi immergeteci l'altro lato delle conchiglie. • **Lasciate solidificare**, portate in tavola e servite.

Cotechino creativo

Il cotechino, rivisitato in chiave creativa e in abbinamento a creme di legumi, polenta, verdure o formaggi, si trasforma in un piatto da veri gourmand

6 piatti "unici"

FRA TRADIZIONE E CREATIVITÀ

Cotechino e cipolla candita con millefoglie di polenta e crema di fagioli

◀ Cotechino e cipolla candita con millefoglie di polenta e crema di fagioli

Ingredienti per 4 persone
500 g di **farina di mais**
800 g di **cotechino precotto** • 2 **cipolle**
200 g di **fagioli già lessati** • 1 costa di **sedano** • 1 **carota** • **zucchero di canna**
qualche rametto di **timo** • **burro** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Fate cuocere** il cotechino in abbondante acqua bollente per circa 30 minuti. Spegnete, rimuovete il sottovuoto e lasciate raffreddare. • **Sbucciate** e tagliate a spicchi le cipolle, quindi fatele rosolare in una padella con una noce di burro e un rametto di timo; aggiungete quattro cucchiai di zucchero e fate cuocere su fiamma vivace fino a quando le cipolle saranno caramellate. • **Fate cuocere** la farina di mais in acqua bollente e leggermente salata per circa 40 minuti; versate la polenta in una teglia bassa e create uno strato spesso circa 2 mm. • **Infornate** a 200 °C per 10 minuti, quindi levate e lasciate raffreddare. Raccogliete i fagioli in una casseruola, coprite con poca acqua (2-3 cm sopra i legumi), mettete sul fuoco e fate cuocere per circa un'ora su fiamma bassa. Fate rosolare in una padella gli odori, mondati e tagliati a dadini, con un filo di olio. • **Aggiungete** i fagioli con un goccio della loro acqua di cottura e fate cuocere per 10 minuti; frullate con un mixer a immersione fino a ottenere una vellutata cremosa e omogenea. Salate e pepate. Tagliate il cotechino a fettine di circa 1 cm e la polenta in quadrati di circa 10 cm. • **Create** i millefoglie alternando i quadrati di polenta alla crema di fagioli; mettete a fianco due fettine di cotechino, guarnite con le cipolle candite e servite.

Occhio alla cottura!

Se li acquistate freschi, cotechino e zampone vanno bucherellati, avvolti in un canovaccio pulito, messi in una pentola con acqua fredda e lasciati bollire per almeno 2 ore. Precotti, sarà sufficiente cuocerli per una trentina di minuti in acqua bollente.

Cotechino su crema di lenticchie con spaghetti di patate

Ingredienti per 4 persone
800 g di **cotechino precotto**
200 g di **lenticchie già lessate**
1 costa di **sedano** • 1 **carota**
1 **cipolla** • 1 rametto di **timo**
1 rametto di **rosmarino**
100 g di **cavolo nero**
500 g di **patate** • **miele** • **olio extravergine di oliva** • **sale**

Preparazione
• **Fate cuocere** il cotechino in abbondante acqua bollente per circa 30 minuti. Spegnete, rimuovete il sottovuoto e lasciate raffreddare. • **Sbucciate** le patate e con l'apposito strumento ricavate tanti spaghetti; lessateli in una pentola con acqua bollente e salata, sostenuti da un colapasta in modo che non si rompano. Scolateli e teneteli da parte. • **Fate rosolare** in una padella gli odori, mondati e tagliati a dadini, con un filo di olio e le erbe aromatiche per 10 minuti. Unite le lenticchie, salate e frullate con un mixer. • **Fate caramellare** in una padella antiaderente il cotechino con un filo di miele su fiamma vivace; quando sarà leggermente croccante all'esterno, levate e tenete da parte. • **Lavate** il cavolo nero, quindi tagliatelo finemente e sistematelo in un piatto da portata. • **Fate cuocere** al microonde per una decina di minuti alla massima potenza. • **Distribuite** la crema di lenticchie nei piatti da portata e sistemate sopra qualche fettina di cotechino. • **Guarnite** con gli spaghetti di patate e il cavolo nero a pezzetti, e servite.

pronto in 40 minuti

Spiedini di cotechino e pane croccante con tortino di patate viola e ricotta salata

Ingredienti per 4 persone
1 **cotechino** da 1 kg circa
200 g di **pane ai cereali**
400 g di **patate viola** • **ricotta salata**
aceto di mele • **olio extravergine di oliva** • **sale**

Preparazione
• **Sistemate** il cotechino in una pentola capiente, coprite con acqua fredda leggermente salata, mettete sul fuoco e fate sobbollire per almeno 2 ore.
• **Sbucciate** le patate viola e fatele cuocere in una pentola con acqua e una spruzzata di aceto fino a farle lessare leggermente; scolatele e lasciatele raffreddare.
• **Tagliate** le patate a fettine e componete i tortini alternando in quattro stampini monoporzione, 2 fettine di patate viola, un pizzico di sale e una grattugiata di ricotta salata. • **Tagliate** il pane a dadini di circa 1/2 cm, sistemateli in una teglia, conditeli con un filo di olio e fateli tostare in forno a 200 °C per circa 5 minuti; levate i crostini e infornate i tortini a 180 °C per circa 10 minuti. Una volta cotto lo zampone, levatelo, fatelo raffreddare e tagliatelo a cubetti. • **Realizzate** gli spiedini alternando i dadini di carne a quelli di pane croccante.
• **Disponete** in una teglia e infornate a 180 °C per una decina di minuti. Levate e servite gli spiedini accompagnandoli con i tortini di patate sformati.

2€ a porzione

Rustico ▲ di cotechino su vellutata di lenticchie

Ingredienti per 4 persone
1 cotechino da 500 g **già cotto**
500 g di **lenticchie decorticate**
250 g di **pasta sfoglia**
1 costa di **sedano** • 1/2 **cipolla**
1 **carota** • **olio extravergine di oliva** • **sale**

Preparazione
• **Lavate** e pulite la carota, la costa di sedano e la cipolla. Riduceteli a dadini e fateli appassire in una casseruola con un filo di olio. • **Aggiungete** le lenticchie, bagnate con un bicchiere di acqua, incoperchiate e lasciatele cuocere per 45 minuti, aggiungendo di tanto in tanto un goccio di acqua. Regolate di sale. Appena il cotechino si sarà raffreddato, tagliatelo a dadini di circa 2 cm.
• **Stendete** la pasta fino a ottenere una sfoglia rettangolare, ritagliate tanti quadrati e distribuite al centro i dadini di cotechino.
• **Chiudete** avvolgendo bene il dadino di cotechino. Trasferite i rustici in una teglia, foderata con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 15 minuti. Levate e tenete da parte. Trascorso il tempo di cottura delle lenticchie, spegnete e frullate con un mixer a immersione fino a ottenere una vellutata liscia. • **Distribuite** la vellutata nei bicchierini da finger food, adagiate sopra un rustico di cotechino e servite.

Cotechino con sfoglie di grana e sformatino di fagioli

Ingredienti per 4 persone
800 g di **cotechino precotto**
120 g di **fagioli già lessati**
1 **uovo** • 3 **porri**
200 g di **grana grattugiato**
qualche foglia di **alloro**
brodo vegetale • **olio extravergine di oliva** • **sale**

2€ a porzione

Preparazione
• **Fate cuocere** il cotechino in abbondante acqua bollente per circa 30 minuti. Spegnete, rimuovete il sottovuoto e lasciate raffreddare.
• **Frullate** in un mixer da cucina i fagioli con l'uovo, un filo di olio e un mestolo di brodo vegetale, fino a ottenere un composto omogeneo (se necessario, aggiustate la consistenza con altro brodo). • **Distribuite** il composto in quattro stampini da circa 4 cm di diametro, leggermente unti con un filo di olio. • **Infornate** a 160 °C e fate cuocere per circa 30 minuti. Levate e tenete da parte.
• **Raccogliete** i porri a fettine in una casseruola e fateli stufare con un filo di olio, un pizzico di sale, due mestoli di brodo e l'alloro. • **Frullate** tutto con un mixer a immersione e poi passate al setaccio fino a ottenere una salsa liscia. • **Scaldate** un padellino antiaderente, disponete due cucchiai di grana e fate fondere; quando la sfoglia sarà leggermente dorata, levate e proseguite a realizzare le altre sfoglie. • **Velate** i piatti con la salsa di porri e disponete sopra qualche fettina di cotechino. • **Accompagnate** con lo sformato di fagioli, guarnite con le sfoglie di grana e servite.

Vol-au-vent di patate duchesse con crema di lenticchie e stelle di cotechino

Ingredienti per 8 persone
1 kg di **patate già lessate**
100 g di **burro** • 4 **tuorli** • **sale**
Per il ripieno: 600 g di **cotechino già cotto** • 200 g di **lenticchie già lessate**
1 costa di **sedano** • 1 **carota**
1 **cipolla** • 1 foglia di **alloro**
concentrato di pomodoro • **brodo vegetale** • **olio extravergine di oliva**
sale e pepe

Preparazione
• **Disponete** le patate su una teglia, foderata con carta forno, infornate a 150 °C e fate asciugare. Levatele, sbucciatele e passatele allo schiacciapatate raccogliendo il passato in una ciotola. Unite il burro a tocchetti e amalgamate.
• **Lasciate intiepidire**, quindi incorporate 3 tuorli, uno alla volta, salate e amalgamate. • **Raccogliete** il composto di patate in un sac à poche con bocchetta rigata e, su una teglia con carta forno, modellate tanti piccoli vol-au-vent.
• **Spennellateli** con il tuorlo rimasto, leggermente sbattuto e infornate a 180 °C per 10 minuti. Levate e fate intiepidire. Fate soffriggere un trito di carota, sedano e cipolla in una casseruola con un filo di olio. • **Aggiungete** le lenticchie, scolate, e l'alloro, unite 2 mestoli di brodo vegetale, 1 cucchiaio di concentrato di pomodoro e proseguite la cottura per 15 minuti fino a far asciugare. Salate, pepate, prelevate 1/3 delle lenticchie e frullate il resto. • **Distribuite** la crema di lenticchie nei vol-au-vent di duchesse. • **Tagliate** il cotechino a fette e con un tagliabiscotti a forma di stella ricavate tante stelle. • **Aggiungete** le lenticchie intere e completate ogni vol-au-vent con una stella di cotechino.

Très chic

Il tocco in più!

Fate fondere in un pentolino 120 g di gorgonzola e 120 ml di panna fresca, pepate e velate i vol-au-vent con la fonduta ottenuta.

Lenticchie, *qua lo* zampone!

Una selezione di prodotti tra i must-have della dispensa delle Feste

Cotechino **Fini Negroni** 500 g.

€4,90

€3,99

Cotechino IGP **il Viaggiator Goloso**, 500 g.

Il Cotechino Cotto **Raspini** 2 pack da 500 g.

€9,89

Cotechino precotto **Casa Modena** 500 g.

€5,90

Lenticchie piccole secche **Crai**. 500 g.

€0,99

Lenticchie piccole al vapore di **Bonduelle**. 100 g.

€1,59

Lenticchie di Colfiorito già lessate di **D'Amico**. 400 g.

€1,69

€3,12

Lenticchie al naturale biologiche **Casa Marrazzo**. 310 g.

Lenticchie FURBE

Troppe lenticchie nel cesto di Natale? Cucinatele in maniera "furba" e trasformatele in appetitosi ragù e sfiziosi appetizer

4 idee di recupero

Lenticchia di Castelluccio igp

Molto piccola e dal colore marroncino-verde, si contraddistingue per il gusto spiccato e la buccia sottilissima. Non richiede ammollo e si cuoce velocemente.

Lo sapevate che?

Le lenticchie sono simbolo di fortuna e prosperità. Per questo, in segno di buon auspicio, vengono servite la notte di San Silvestro allo scoccare della mezzanotte.

Bucatini al ragù di lenticchie

Ingredienti per 4 persone
320 g di **bucatini**
250 g di **lenticchie di Castelluccio**
400 g di **pomodori pelati**
50 g di **pancetta affumicata in una fetta unica** • 1 **cipolla**
1 **carota** • 1/2 costa di **sedano**
1 ciuffo di **prezzemolo** • **parmigiano**
2-3 foglie di **salvia** • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Sciacquate** le lenticchie. • Mettetele in una casseruola, coprite di acqua, aggiungete qualche foglia di salvia e fate cuocere per 20-25 minuti. • **Mondate** e tritate finemente gli odori, e preparate un battuto con la pancetta. • **Raccogliete** tutto in un'altra casseruola con un filo di olio, mettete su fuoco basso e fate soffriggere per qualche minuto. Unite i pomodori pelati, schiacciateli con una forchetta, condite con un pizzico di sale, profumate con una macinata di pepe e fate cuocere per una decina di minuti. • **Aggiungete** le lenticchie, bagnate con un bicchiere abbondante di acqua e fate restringere per 10-15 minuti. • **Lessate** la pasta in acqua salata. Scolatela al dente e conditela con il ragù. Servitela con un filo di olio a crudo, un po' di prezzemolo tritato e una spolverizzata di parmigiano.

Lenticchia di Altamura

Chiamata anche "lenticchia gigante" per la dimensione superiore rispetto alle altre qualità, proviene dal Salento e presenta un colore verde scuro. Una volta cotta, mantiene una consistenza compatta, ma richiede un ammollo di circa 3-4 ore.

Bruschettine con lenticchie grandi e formaggio cremoso

Ingredienti per 4 persone
70 g di **lenticchie di Altamura già ammollate** • 150 g di **formaggio cremoso** • 1 cucchiaino di **cipolla in polvere** • 1 rametto di **salvia**
1 **baguette piccola** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Lessate** le lenticchie in abbondante acqua leggermente salata, a cui avrete aggiunto il rametto di salvia. Quando saranno cotte, scolatele e lasciatele raffreddare. • **Lavorate** in una ciotola il formaggio cremoso, aggiungete la cipolla in polvere e mescolate. Unite le lenticchie e amalgamate. • **Regolate** di sale e profumate con una macinata di pepe. • **Tagliate** la baguette a fettine e tostatele in forno oppure in padella. Lasciatele leggermente intiepidire e poi spalmatevi il composto di lenticchie. Mettete in un piatto da portata e servite.

Salsa di lenticchie ▲ di Castelluccio

Ingredienti per 4 persone
70 g di **lenticchie di Castelluccio**
100 g di **panna fresca** • 1 cucchiaino di **cumino in polvere** (facoltativo)
1 spicchio di **aglio** • 1 mazzetto di **erbe aromatiche** (**rosmarino**, **salvia**, **alloro**)
2 **carote** • 1 **cetriolo** • 1 costa di **sedano**
3-4 **ravanelli** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Lessate** le lenticchie in abbondante acqua leggermente salata, a cui avrete aggiunto il mazzetto di erbe aromatiche e lo spicchio di aglio. Quando saranno cotte, eliminate le erbe aromatiche e l'aglio, scolatele, raccoglietele in una ciotola e lasciatele intiepidire. • **Aggiungete** la panna e aromatizzate con il cumino in polvere.
• **Frullate** con un mixer a immersione, fino a ottenere una salsa vellutata e omogenea. Regolate di sale e profumate con una macinata di pepe. • **Trasferite** la salsa ottenuta in un bicchiere e servite con carote, cetriolo e sedano, tagliati a bastoncino, e ravanelli, tagliati a metà.

Tartine con lenticchie rosse decorticate

Ingredienti per 4 persone
100 g di **lenticchie rosse decorticate** • 2 **cipollotti**
1 mazzetto di **ravanelli**
1/2 **peperone giallo** • 1/2 **limone**
1 mazzetto di **rosmarino**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Lessate** le lenticchie in abbondante acqua leggermente salata, a cui avrete aggiunto 1 cucchiaio di olio e il mazzetto di rosmarino. Quando saranno cotte, scolatele, togliete il rosmarino e lasciate raffreddare.
• **Tagliate** nel frattempo i cipollotti e i ravanelli a rondelle sottili. Eliminate i semi e le coste bianche interne del peperone e tagliatelo a listerelle. • **Raccogliete** le verdure e le lenticchie in una ciotola, condite con 3 cucchiai di olio, il succo del limone e regolate di sale. • **Mescolate** e servite su cracker a quadretti.

Lenticchie rosse decorticate

Sono lenticchie di diverse varietà, private della buccia. Per questo motivo sono ancora più digeribili, facili da cuocere adatte anche all'alimentazione dei bambini. Si riconoscono per il tipico colore arancione.

Stupite tutti con 1,50€

Il carrello dei bolliti...

...scalda l'inverno, tra tagli d'autore e salse della tradizione. Ecco gli indirizzi da segnare in agenda per bolliti al top

L'Osteria del Borgo.

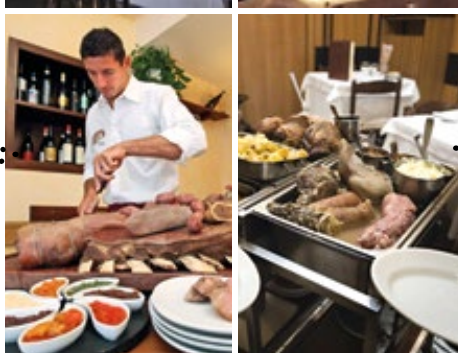
10 RISTORANTI top d'Italia

RISTORANTE MACELLERIA MOTTA
Bellinzago Lombardo
Il carrello del bollito di bue piemontese si fa il lunedì sera: lingua, testina, coda, cappello del prete, biancostato, cappone e cotechino.
Strada Padana Superiore 90, Bellinzago Lombardo (Mi) - tel. 02 95784123
www.ristorantemacelleriamotta.it

ANTICO RISTORANTE FOSSATI - Triuggio
La storia di questo ristorante è antichissima. Il bollito di carne mista è una bontà, servito con salse e contorni. Da provare anche la cassoeula, l'ossobuco e la mortadella di fegato.
Via Emanuele Filiberto 1, Canonica Lambro, Triuggio (Mb)
tel. 0362 997799
www.ristorantefossati.it

OSTERIA DEL BORGO - Carrù
Qui il bollito non manca mai, il piatto simbolo è il Gran Bollito Misto: si cucina tutto l'anno e viene portato sul carrello nei sette tagli, e contornato dalle sette salse.
Via Garibaldi 19, Carrù (Cn)
tel. 0173 759184
www.osteriaborgo.com

TRE GALLINE - Torino
Uno tra i primi ristoranti della città, con una cucina legata al territorio. I piatti piemontesi vengono abbinati alle etichette della cantina. Bollito misto alla piemontese: muscolo di coscia, spalla, lingua, testina con musetto, coda, zampino, gallina, cotechino, rollata.
Via G. Bellezia 37, Torino
tel. 011 4366553 - 3galline.it

LOCANDA DI CASTELVECCHIO - Verona
Location storica e di charme: è inserita nella splendida cornice di Palazzo Castellani. Carrello di arrosti e bolliti: manzo, copertina di spalla, testina di vitello, lingua naturale e salmistrata, cotechino, con salse veronesi.
Corso Castelvecchio 21/a, Verona
tel. 045 8030097
www.ristorantecastelvecchio.com

TRATTORIA ALLA PERGOLA - Trevenzuolo
Portentoso carrello di bolliti: lingua naturale e salmistrata, muscolo di manzo, testina, gallina e cotechino. Ottime la salsa verde e la "pearà".
Via Nazario Sauro 9, Trevenzuolo (Vr)
tel. 045 7350073

LEON D'ORO - Parma
Un ristorante a conduzione familiare gestito con estro e passione. La carne proviene dalle fattorie locali; sul carrello del bollito ben dieci tipi di tagli diversi. Le salse di accompagnamento vengono preparate ogni giorno.
Viale Antonio Fratti 4, Parma
tel. 0521 773182
www.leondoroparma.com

RISTORANTE DA BERTINO - Bologna
Fondato nel 1957 da Alberto Roda e ora gestito dai figli Stefano e Claudia, Bertino è un indirizzo storico di Bologna. Qui il carrello del bollito viene servito con contorno di purè, fagioli in umido e cipolline in agrodolce.
Via delle Lame 55, Bologna
tel. 051 522230
www.ristorantedabertino.it

CLINICA GASTRONOMICA ARNALDO Rubiera
È un tempio della cucina emiliana. Nel carrello del bollito: manzo e lingua di manzo, coda e testina di vitello, zampone, prosciutto affumicato, gallina e polpettone.
Piazza XXIV Maggio 3, Rubiera (Re)
tel. 0522 626124
www.clinicagastronomica.net

RISTORANTE CESARINA - Roma
Specialità della Romagna in un ristorante nelle vicinanze di Via Veneto. Marcello Mastroianni, Sandro Pertini e Federico Fellini amavano i suoi bolliti. Qui il carrello del bollito misto è un'istituzione.
Via Piemonte 109, Roma
tel. 06 4880828
www.ristorantecesarinaroma.it

PESCE *in* CROSTA

Gustosa e sana, la cottura in crosta di sale consente di cuocere gli alimenti senza aggiunta di grassi, e di esaltare il sapore del pesce trattenendo tutti gli aromi e proteggendo le carni dal calore

5 ricette al sale

Occhio alla mossa!

Non squamate mai il pesce, per evitare che il sale penetri troppo nelle carni.

Dentice al sale aromatizzato alle erbe e zafferano

Ingredienti per 6 persone
1,5 kg di **dentice già pulito**
2 kg di **sale** • 1 bustina di **zafferano**
2 **albumi** • 20 g di **maggiorana**
20 g di **basilico** • 20 g di **timo**
20 g di **santoreggia** • 20 g di **rosmarino**
20 g di **dragoncello** • 20 g di **origano**
il succo di 1 **limone**
olio extravergine di oliva

Preparazione
• **Montate** leggermente gli albumi, incorporate lo zafferano e amalgamate accuratamente. Lavate le erbe, tamponatele con carta assorbente da cucina e tritatele con una mezzaluna.
• **Raccogliete** il sale in una terrina, aggiungete il trito di erbe e mescolate. Incorporate gli albumi e amalgamate.
• **Versate** 1/4 del sale in una teglia da forno e adagiatevi il pesce. Coprite con il sale rimasto e compattate, premendo leggermente con le mani. • **Mettete** in forno già caldo a 180-200 °C e fate cuocere per circa 45 minuti. Trascorso il tempo di cottura, togliete la teglia dal forno e lasciate riposare per un minuto.
• **Rompete** la crosta di sale e servite il pesce, condito con una emulsione di olio e limone.

Spigola al sale alle erbe aromatiche

Ingredienti per 4 persone
1,5 kg di **spigola pescata all'amo**
4,5 kg di **sale fino e grosso**
erbe aromatiche (**basilico**, **maggiorana**, **prezzemolo**, **rosmarino**, **semi di finocchio**, **timo**, **pepe in grani**)
albumi (1 per kg di sale)
2 spicchi di **aglio in camicia**
50 g di **liquore all'anice**

Preparazione
• **Preparate** il sale versando in una ciotola quello fino e grosso in uguale quantità. Aggiungete gli spicchi di aglio e i semi di finocchio, maggiorana, rosmarino e timo sfogliati. • **Profumate** con il pepe in grani, il basilico e il prezzemolo tritati grossolanamente con un coltellino di ceramica. • **Miscelate** con gli albumi e con il liquore all'anice, per ottenere la giusta umidità. • **Foderate** una teglia con carta forno, stendete un letto con la miscela di sale di circa 1 cm di spessore e coprite con carta di alluminio, affinché non si crei umidità. • **Disponete** il pesce sulla carta di alluminio con la testa rivolta a sinistra, in modo che al momento di servirlo si mostri il verso della schiena, chiudete la pancia, sovrapponendo il lembo superiore a quello inferiore. • **Coprite** con il resto della miscela di sale, modellandola intorno alla forma del pesce. • **Predisponete** un'incisione leggera in senso longitudinale che faciliterà l'operazione di taglio ed estrazione della calotta di sale cristallizzato. • **Infornate** a 180 °C e fate cuocere per circa 1 ora. Trascorso il tempo, sfornate e servite.

Occhio alla cottura!
Per la cottura del pesce al sale, calcolate circa 40 minuti per chilogrammo di prodotto.

Pagello fragolino in crosta verde

Ingredienti per 6 persone
1 **pagello fragolino** da circa 2 kg
2,5 kg di **sale grosso** • 1-2 cucchiai di **marsala** • 10 foglie di **basilico**
1 **albume** • 1 cucchiaino di **green curry** • 1 **lime a rondelle sottili** (o **limone**) • 2 **zucchine**

Preparazione
• **Pulite** il pagello, praticate un taglio nel ventre e svuotatelo delle interiora. Lavatelo e tamponatelo con carta assorbente da cucina. • **Sistemate** all'interno le rondelle di lime e le foglie di basilico. In una teglia stendete una base con 1/3 del sale grosso.
• **Sciogliete** il curry nel marsala ed emulsionate bene. In una terrina versate il sale rimanente, l'albume leggermente montato, il marsala al curry, e mescolate. Ricoprite il pagello con il sale aromatizzato e infornate a 180-200 °C per circa 40 minuti. A cottura ultimata, togliete dal forno e rompete la crosta di sale. • **Servite** con le zucchine tagliate a nastro con una mandolina.

Tips & Tricks

Se non trovate il green curry, aromatizzate con il curry giallo, un po' di succo di zenzero e la scorza grattugiata del lime.

L'alleato in cucina

Green curry paste.

Ombrina al sale ▲

Ingredienti per 4 persone
4 **filetti di ombrina** da circa 150 g l'uno
500 g di **sale grosso** • 20 g di **rosmarino**
1 ciuffo di **timo** • 2 **albumi** • **olio extravergine di oliva** • **maionese** • **pepe**

Preparazione
• **Mescolate** il sale grosso, il rosmarino, tritato, e gli albumi in una ciotola. Versate l'impasto di sale in una padella con un filo di olio e fate andare a fuoco lento per qualche minuto. • **Adagiate** sopra i filetti di ombrina, dalla parte della pelle, e fate cuocere per appena 1 minuto. • **Tagliate** il sale con una spatola dando alla crosta la stessa forma dell'ombrina e portate a cottura, sempre a fuoco lento (il tempo dipenderà dall'altezza dei filetti, ma più o meno il pesce sarà pronto quando avrà un colore bianco traslucido su tutta la polpa). A cottura ultimata, levate il pesce e impiattate.
• **Velate** i piatti con due ciuffi di maionese, guarnite con qualche rametto di timo, pepate e servite, a piacere, con un po' di maionese.

Maionese leggera al limone

Raccogliete **2 tuorli** nel bicchiere di un mixer; versate a filo **300 ml di olio di semi di arachide** ed emulsionate fino a ottenere una maionese densa. Condite con **il succo** e **la scorza grattugiata di 1 limone** e regolate infine di **sale** e di **pepe**.

Acciughe sotto sale

Ingredienti per 6 persone
1 kg di **acciughe già pulite**
sale grosso

Preparazione
• **Distribuite** uno strato di sale sul fondo di vasetti in vetro sterilizzati, quindi disponete sopra un primo strato di acciughe e coprite con altro sale.
• **Proseguite** in questo modo alternando acciughe e sale, e terminate con uno strato di sale spesso circa 2 cm. Man mano che procedete, battete leggermente il vasetto per fare in modo che il sale ricopra perfettamente i pesci. • **Appoggiate** sull'ultimo strato un peso di circa 1-2 kg e conservate in un luogo fresco e asciutto, e al riparo dalla luce per almeno 1 mese. Trascorso il tempo, eliminate il peso e chiudete il vasetto. Le acciughe sono pronte per essere consumate.

DA CONSERVARE

L'alleato in cucina
Utilizzate un batticarne per pressare le acciughe.

Tips & Tricks
Potete disporre le acciughe sia in verticale, alternandole con il sale, oppure in orizzontale, avendo cura di adagiare i pesci incrociando i diversi strati (testa, coda).

Il tocco chic

Sale rosa

È un sale integrale purissimo. Si presenta in cristalli grossi e irregolari, con grani che vanno dal rosa pallido al rosa più intenso, quasi arancione. Ha un sapore rotondo, in grado di esaltare le pietanze a cui è abbinato.

Sale rosso

È il sale utilizzato quotidianamente nella cucina hawaiana; dal caratteristico color terracotta, ha un gradevole aroma di nocciole tostate e si presta a valorizzare, anche esteticamente, piatti di pesce e carne sia arrosto sia alla griglia.

Sale nero

Viene estratto e lavorato nell'isola hawaiana di Molokai. Dal sapore lievemente amaro, secco e con una nota affumicata, si abbina a carpacci di pesce o di carne, a verdure e a tutte quelle pietanze dai colori neutri che permettono al caratteristico colore nero di risaltare.

Fleur de sel

Prodotto nella parte meridionale della Francia, è un sale grezzo raro e pregiato. Ha cristalli disomogenei di colore bianco e la sua particolare consistenza esalta il gusto delle pietanze. È utilizzato anche per i dolci, a cui dona una particolare nota di contrasto.

Cosa vi serve?

PROBIOS
Sale grosso integrale di Trapani. 1 kg. **€0,9**.

ITALPEPE
Sale rosa dell'Himalaya. 60 g. **€2,50**.

CANNAMELA
Sale rosso delle Hawaii. 60 g. **€2,89**.

D&A
Sale nero di Cipro. 50 g. **€2,45**.

LE SAUNIER DE CAMARGUE
Fleur de sel. 125 g. **€4,10**.

FACILE ISSIMA CUCINA

Antipasti e finger food

Minipandorini al cotechino con fonduta

Ingredienti per 6-8 persone: **200 g di cotechino già cotto, 150 g di farina, 1 cucchiaino da caffè di lievito, 3 uova, 2 dl di latte 2 dl di panna fresca, 50 g di burro (più altro per lo stampo), 140 g di parmigiano grattugiato, 1 rametto di timo, 1 rametto di maggiorana, olio extravergine di oliva, sale e pepe.** *Per la fonduta:* **200 g di fontina, 20 g di burro, 2 tuorli, latte, pepe**

Preparazione

■ Raccogliete il formaggio a cubetti in una ciotola. Coprite con il latte e fate riposare per un'ora. Setacciate intanto la farina con il lievito in una ciotola. Aggiungete le uova, la panna fresca, il burro morbido e 2 dl di olio, e mescolate. Aggiungete il latte e il parmigiano, e lavorate fino a ottenere un composto omogeneo. Completate con le briciole di cotechino, regolate di sale, profumate con un po' di timo e di maggiorana, tritati, e mescolate. Distribuite il composto nello stampo, riempiendo fino a 2/3 i singoli comparti, imburrati; mettete in forno già caldo a 200 °C e fate cuocere 20-25 minuti.

■ Per la fonduta: prelevate i cubetti di fontina dal latte, senza sgocciolarli troppo e metteteli in una casseruola. Aggiungete il burro freddo, mettete sul fuoco e fate fondere dolcemente a bagnomaria. mescolando velocemente, incorporate i tuorli, uno alla volta, e lasciate addensare per altri 2-3 minuti a bagnomaria, fino a ottenere una fonduta vellutata. Al termine, profumate con una macinata di pepe. Sfornate i minipandorini e lasciateli intiepidire, quindi sformateli in un piatto da portata. Irrorate i minipandorini con la fonduta, profumate con una macinata di pepe, decorate con qualche fogliolina di timo e servite.

Cestini di cicoria e lenticchie

Ingredienti per 4 persone:
2 cespi di cicoria, 300 g di lenticchie cotte al vapore 1 mestolino di brodo vegetale, 1 spicchio di aglio, 1 ciuffo di prezzemolo, 60 g di parmigiano reggiano, 3 acciughe 1 pezzetto di peperoncino, 8 pomodorini datterino giallo in succo, pangrattato, olio extravergine di oliva, sale

Preparazione

■ Pulite la cicoria, spuntate i gambi e lavateli. Raccogliete in un frullatore il prezzemolo, il parmigiano, le lenticchie con il brodo, 2 cucchiai di olio e un pizzico di sale, e frullate fino a ottenere una purea consistente ma non troppo compatta. Unite quindi altri 2 cucchiai di olio con le acciughe, l'aglio e il peperoncino, e frullate ancora. Scottate la cicoria, senza romperla, in acqua bollente per pochi minuti; scolatela e lasciate intiepidire.

■ Formate dei cestini usando 4 gambi di cicoria, arrotolandoli su se stessi (otterrete circa 8 cestini). Farcite il centro di ogni cestino con la purea di lenticchie e adagiatevi sopra, pressando leggermente, un pomodorino giallo leggermente sgocciolato. Ungete appena una pirofila e sistematevi i cestini di cicoria; irrorate con la salsina di acciughe preparata, cospargete con un velo di pangrattato e gratinate in forno per pochi minuti. Servite.

Polpettine di lenticchie su stelline di polenta

Ingredienti per 40 polpette:
250 g di lenticchie (già ammollate in acqua), 400 g di patate 500 g di polenta precotta, 8 cucchiai di farina di riso (o di fecola di patate), 300 g di cotechino già cotto, semi di sesamo olio extravergine di oliva, sale

Preparazione

■ Lessate le lenticchie in acqua bollente e leggermente salata; scolatele e tenetele da parte. Sbucciate e tagliate a dadini le patate, quindi cuocetele al vapore. Con un passaverdure passate le patate e le lenticchie, e insaporite con un pizzico di sale. Aggiungete la farina e amalgamate. Formate con il composto ottenuto tante polpettine e inserite al centro un pezzetto di cotechino. Passate le polpettine nei semi di sesamo.

■ Disponetele in una teglia con carta forno. Condite con un filo di olio e infornate a 180 °C con il grill per 15 minuti. Levate e lasciate raffreddare. Preparate la polenta seguendo le indicazioni della confezione; versatela in una teglia rettangolare, ben oliata, e fate raffreddare. Con un coppapasta a forma di stellina ricavate tante stelline. Disponetele in un vassoio, adagiate sopra le polpettine, infilzate con gli stecchini e servite.

Rocher di cotechino e patate

Ingredienti per 6-8 persone:
1 cotechino già cotto e freddo
300 g di patate già lessate
2 uova
100 g di parmigiano grattugiato
100 g di lenticchie già cotte
1 punta di cucchiaino di zafferano
1/2 cipolla tritata
1 cucchiaino di concentrato di pomodoro
noce moscata
mandorle a lamelle
brodo di carne
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

■ Spellate il cotechino e tagliatelo prima a fettine, poi a dadini. Fate soffriggere la cipolla tritata in una padella con un filo di olio; unite le lenticchie e il concentrato di pomodoro, e allungate con poco brodo. Fate ridurre finché le lenticchie non saranno belle dense; regolate di sale e di pepe. Passate le patate ancora tiepide allo schiacciapatate e raccogliete la purea ottenuta in una ciotola.

■ Unite il parmigiano, lo zafferano, la noce moscata e i tuorli, e mescolate. Formate con l'impasto ottenuto tante palline e inseritevi un dadino di cotechino all'interno; aggiungete un cucchiaino di lenticchie e chiudete le palline con altro impasto.

■ Sbattete gli albumi a neve ben ferma e passatevi le palline; fatele rotolare nelle mandorle e disponetele in una teglia, rivestita con carta forno. Infornate a 200 °C e fate dorare per circa 10 minuti. Levate, distribuite nei pirottini di carta dorata . Portate in tavola e servite.

Canapé al chutney di mele e pâté di fegatini di pollo

Ingredienti per 6 persone
300 g di fegatini di pollo, 60 g di uvetta, 1 baguette, 3 cipolle rosse, 2 mele, 1 dl di aceto di mele, 100 g di zucchero 1/2 bicchiere di vino bianco, 1 cucchiaio raso di capperi dissalati 1 rametto di rosmarino, zenzero, olio extravergine di oliva, sale

Preparazione

■ Per il chutney: tritate 2 cipolle; sbucciate le mele, eliminate il torsolo e tagliatele a dadini. Versate in una casseruola l'aceto e lo zucchero. Aggiungete l'uvetta, la dadolata di mele e il trito di cipolla. Condite con un pizzico di sale, profumate con una grattugiata di zenzero e fate cuocere a fuoco dolce per una mezz'ora o comunque finché il chutney sarà pronto. Levate e tenete da parte.

■ Per il pâté di fegatini: fate soffriggere in una padella la cipolla restante con un filo di olio. Aggiungete i fegatini e fateli rosolare bene, quindi sfumate con il vino bianco e profumate con gli aghi di rosmarino. Aggiungete i capperi e fate cuocere per 20 minuti. Spegnete e frullate tutto fino a ottenere una consistenza cremosa. Tagliate a rondelle sottili la baguette e fatele tosare in forno. Levate, farcite con il chutney, completate con un po' di pâté e servite.

Canapé di zucchine con crema di salmone e ricotta

Ingredienti per 4 persone:
2-3 zucchine, 400 g di salmone affumicato, 400 g di ricotta 100 g di panna montata, 2 ciuffi di aneto, pancarrè senza crosta olio extravergine di oliva, sale e pepe

Preparazione

■ Tagliate le zucchine a fette sottili e scottatele in padella con un filo di olio, senza sovrapporle. Regolate di sale e di pepe, e fatele scolare su carta assorbente da cucina. Raccogliete in un mixer la ricotta, scolata dal siero, con 150 g di salmone affumicato a pezzetti, e l'aneto, tritato. Frullate fino a ottenere un composto omogeneo, quindi Incorporate la panna, coprite e mettete in frigo. Con un coppapasta rotondo del diametro di 4 cm ricavate tanti dischetti dalle fette di pancarrè.

■ Disponeteli sulla placca del forno, foderata con carta forno, e fate tostare in forno già caldo a 180 °C per qualche minuto. Tagliate a listerelle il salmone affumicato rimasto. Levate i dischetti dal forno e componete i canapé. Alternate a strati su ogni dischetto un ciuffetto di crema di salmone e una fettina di zucchina, un altro ciuffetto e un'altra fettina di zucchina. Completate con un ciuffetto di crema e una listerella di salmone affumicato, e servite.

Tris di canapé

Ingredienti per 6-8 persone:
250 g di pasta brisée, 1 tuorlo.
Per la guarnizione al foie gras:
100 g di foie gras, confettura di ribes, ribes rosso, sale.
Per la guarnizione allo chèvre e salmone: **100 g di salmone affumicato, 100 g di chèvre fresco 20 g di crème fraîche, aneto, sale, pepe.**
Per la guarnizione al gorgonzola:
100 g di gorgonzola, 1 dl di panna fresca, 2-3 steli di erba cipollina 30 g di gherigli di noce, porto, pepe

Preparazione

■ Stendete la pasta brisée e ricavate tanti quadrati di circa 5 cm di lato. Disponeteli su una teglia con carta forno, spennellateli con il tuorlo, sbattuto con un goccio di acqua, mettete in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere fino a doratura. Levate e tenete da parte.

■ Tagliate a fettine il foie gras e ritagliate le fette con il coppapasta. Velate un terzo dei quadrati di brisée con un po' di confettura di ribes e coprite con i quadratini di foie gras, sovrapponendoli alla base. Completate con qualche chicco di ribes e un pizzico di sale.

■ Raccogliete lo chèvre in una ciotola. Aggiungete la crème fraîche e l'aneto tritato, e mescolate. Regolate di sale e di pepe, e amalgamate. Tagliate a listerelle il salmone, guarnite metà dei quadrati rimasti con il composto allo chèvre e completate con una listerella di salmone.

■ Tagliate a dadini il gorgonzola. Raccogliete la dadolata in una ciotola con la panna, profumate con un po' di erba cipollina tritata e amalgamate. Pepate, unite un cucchiaio di porto e amalgamate. Guarnite i quadrati rimasti con la crema preparata e completate con i gherigli di noce sbriciolati.

Ingredienti per 4-6 persone:
200 g di baccalà affumicato
250 g di polenta già cotta, 100 g di lardo di Colonnata affettato sottile
Per la salsa verde: **1 fetta di pancarrè senza crosta, 3-4 ciuffi di prezzemolo 1 spicchio di aglio, 1 tuorlo sodo 2-3 filetti di acciuga sott'olio, aceto olio extravergine di oliva, sale**

Preparazione

■ Versate la polenta ancora calda su un piano di marmo, leggermente inumidito, e livellatela con una spatola in uno strato spesso circa 1 cm. Lasciate raffreddare, quindi con un coppapasta del diametro di 6-7 cm ritagliate tanti dischetti. Disponeteli su una teglia con carta forno e infornate a 180 °C per 10-15 minuti.

■ Tritate il prezzemolo con lo spicchio di aglio e i filetti di acciuga. Lavorate il trito con un filo di olio fino a ottenere una salsina cremosa. Imbevete il pancarrè con un po' di aceto. Aggiungete il pancarrè, ben strizzato, e il tuorlo, regolate di sale e amalgamate ancora. Levate i crostini di polenta dal forno. Guarnite ogni crostino con 1 fettina di lardo e 1-2 fettine di baccalà affumicato. Decorate con qualche goccia di salsa verde e servite, con a parte la salsa verde rimanente.

Tartellette di polenta con baccalà affumicato e lardo di Colonnata

Ingredienti per 6 persone:
16 vol-au-vent, 250 g di ceci in scatola 400 g di filetto di salmone già pulito 1 spicchio di aglio, 1/2 limone 1 rametto di rosmarino, senape 2-3 steli di erba cipollina, semi di sesamo nero, olio extravergine di oliva, sale e pepe

Preparazione

■ Tagliate il salmone a dadini e conditeli con un'emulsione preparata con 4 cucchiai di olio, il succo del limone, 1 cucchiaino di senape e un pizzico di sale e di pepe. Fate riposare in frigo. Fate insaporire i ceci in una padella con 1 rametto di rosmarino, lo spicchio di aglio schiacciato e un filo di olio.

■ Al termine spegnete e regolate di sale e di pepe; quindi frullate tutto con un mixer. Distribuite la crema di ceci nei vol-au-vent. Aggiungete la dadolatina di salmone, decorate con un pizzico di semi di sesamo e con un po' di erba cipollina tagliuzzata, e servite.

Vol au vent alla crema di ceci

Minicake di nasello e capesante

Ingredienti per 6 persone:
500 g di filetti di nasello
1,2 dl di panna fresca
3 uova
6 capesante già spurgate
1 ciuffo di prezzemolo
2-3 steli di erba cipollina
sale e pepe
Per la salsa: **3 cucchiaini di senape**
2 dl di panna fresca
1/2 limone
50 g di burro
2-3 steli di erba cipollina
sale e pepe

Preparazione

■ Tagliate a cubetti i filetti di nasello e raccoglieteli nel bicchiere del mixer, condite con un pizzico di sale e uno di pepe, e frullate. Aggiungete la panna e le uova, profumate con il prezzemolo tritato e con l'erba cipollina tagliuzzata, e frullate ancora.

■ Aprite le capesante e sgusciate i molluschi. Distribuite il composto in 6 stampini scanalati, riempiendoli per metà. Aggiungete i molluschi e riempite con il composto rimasto. Livellate con una spatola e infornate a 180 °C per 30 minuti.

■ Per la salsa: Versate la panna in una piccola casseruola con il succo di limone filtrato. Unite la senape e amalgamate con un cucchiaio di legno. Mettete su fuoco dolce e unite il burro, a tocchetti, senza mai arrivare al bollore. Regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e con l'erba cipollina, tagliuzzata con le forbici, e levate. Sformate gli sformatini sui piattini individuali, velateli con la salsina e servite.

Minimadeleines salate

Ingredienti per 6 persone
120 g di farina, 80 g di gherigli di noce già pelati, 8-10 olive nere al forno già snocciolate, 2 uova, 1/2 bustina di lievito, timo 80 g di burro (più altro per lo stampo), pepe
Per accompagnare: **200 g di gorgonzola stagionato (o altro formaggio erborinato), miele di castagno**

Preparazione

■ Tagliate a pezzettini le olive e tritate in polvere finissima i gherigli di noce. Setacciate la farina in una ciotola con il lievito. Unite i gherigli di noce tritati, le uova e il burro fuso. Aggiungete le olive, profumate con un po' di timo e con una macinata abbondante di pepe, e lavorate fino a ottenere un impasto omogeneo.

■ Ungete uno stampo per madeleines piccole con un po' di burro fuso, distribuiteci l'impasto e mettete in frigo per 30 minuti. Infornate a 220 °C e fate cuocere per 5 minuti. Abbassate la temperatura a 180 °C e proseguite la cottura, finché le minimadeleines saranno dorate e gonfie. Levate e lasciate raffreddare. Sformate le madeleines e servitele, accompagnandole con un po' di gorgonzola tagliato a dadini e il miele di castagno.

Miniplumcake ai pomodorini caramellati

Ingredienti per 6 persone
3 uova, 100 g di farina, 60 g di farina di mandorle 5 g di lievito chimico, 1,2 dl di latte, 12-16 pomodorini ciliegino 80 g di miele, timo, 10 g di mostarda in grani, 1/2 dl di aceto balsamico, burro, olio extravergine di oliva, sale

Preparazione

■ Versate il miele in una casseruola. Aggiungete i grani di mostarda, mettete sul fuoco e scaldate per qualche minuto. Aggiungete l'aceto e i pomodorini, e proseguite la cottura per 5 minuti. Levate e lasciate raffreddare. Setacciate in una ciotola la farina, la farina di mandorle e il lievito.

■ Aggiungete le uova, il latte, 1 dl di olio e un pizzico di sale, e lavorate fino a ottenere un composto omogeneo. Imburrate gli stampini per miniplumcake e distribuiteci il composto, aggiungete 1-2 pomodorini in ogni stampo. Spolverizzate con un po' di timo, e informate a 200 °C per 12-15 minuti. Levate, sformate e servite.

Crostini di gamberetti

Ingredienti per 4-6 persone: **1 baguette**
150 g di fontina, 300 g di gamberetti
1/2 bicchiere di vino bianco, 1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva, sale e pepe

Preparazione

■ Pulite i gamberetti, tagliateli a pezzetti di 1/2 cm e fateli soffriggere in padella con un filo di olio e un pizzico di sale; sfumate con il vino, lasciate evaporare e poi togliete i gamberetti. Tagliate la baguette a fette spesse 2 cm e svuotatele della mollica; sbriciolate la mollica e fatela insaporire nella padella in cui avrete cotto i gamberetti. Disponete le fette di pane su una teglia, rivestita con carta forno, e create un fondo a ogni fetta compattando la mollica tostata.

■ Infornate a 220 °C e fate dorare per una decina di minuti. Nel frattempo, tagliate a julienne sottile il formaggio e mescolatelo ai gamberetti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate il pane, farcitelo abbondantemente con l'impasto di gamberetti e formaggio, coprendo bene tutta la fetta, e infornate nuovamente fino a quando la fontina non si sarà ben sciolta. Sfornate e guarnite ogni fettina con una macinata di pepe e una fogliolina di prezzemolo. Portate in tavola e servite.

Insalata russa

Ingredienti per 4 persone:
200 g di carote, 300 g di piselli cotti a vapore, 500 g di topinambur, 2 uova sode frutti del cappero, sale e pepe
Per la maionese al pomodoro: **4 pomodori olio extravergine di oliva, sale**

Preparazione

■ Pelate le carote e i topinambur e tagliateli a dadini. Lessateli al dente, separatamente, in acqua bollente e salata per circa 7 minuti. Scolateli, passateli sotto l'acqua fredda, adagiateli su un canovaccio e fateli raffreddare. Per la maionese al pomodoro: scottate i pomodori in abbondante acqua bollente, scolateli e passateli sotto un getto di acqua fredda. Spellateli, eliminate i semi e fateli a dadini.

■ Raccoglieteli in una ciotola e condite con un pizzico di sale. Frullate quindi tutto con un mixer a immersione, versando a filo l'olio necessario a ottenere un'emulsione densa. Sistemate le verdure (compresi i piselli) in una ciotola, quindi versate la maionese al pomodoro, salate, pepate e amalgamate. Fate raffreddare in frigo. Con l'aiuto di un coppapasta formate tanti cilindretti, guarnite con le uova sode tritate e un frutto del cappero, e servite.

Aspic di gamberetti

Ingredienti per 4 persone:
3 fogli di gelatina
3 dl di brodo di pesce
500 g di gamberetti
100 g di giardiniera sott'aceto
1 ciuffo di prezzemolo
sale e pepe

Preparazione

■ Fate ammollare la gelatina in acqua fredda. Scaldate leggermente il brodo di pesce. Scolate la gelatina, strizzatela per bene e stemperatela nel brodo. Sgusciate i gamberetti ed eliminate il filamento scuro dell'intestino. Lessate quindi i gamberetti al vapore. Raccoglieteli in una ciotola, salate, pepate e unite la giardiniera.

■ Profumate con qualche foglia di prezzemolo e mescolate. Distribuite i gamberetti e la giardiniera in stampini individuali, coprite con il brodo gelatinato, mettete in frigo e lasciate raffreddare per un paio di ore. Trascorso il tempo, sformate gli aspic, portate in tavola e servite.

Miniterrine di salmone con zabaione allo champagne

Ingredienti per 6 persone:
600 g di filetto di salmone già pulito
2 uova
40 g di farina
5-6 grani di pepe rosa
5-6 grani di pepe bianco
2-3 steli di erba cipollina
olio extravergine di oliva
sale
Per lo zabaione:
1,5 dl di champagne (o di spumante)
1,5 dl di brodo vegetale
80 g di ricotta vaccina
2 tuorli
sale e pepe

Preparazione

■ Tagliate a pezzettini il filetto di salmone. Raccogliete tutto nel bicchiere del mixer, aggiungete le uova, la farina e i grani di pepe; unite un filo di olio e un pizzico di sale, e frullate. Unite l'erba cipollina sminuzzata e amalgamate. Versate il composto in uno stampo rettangolare, mettete in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere a bagnomaria per 30-35 minuti.

■ Preparate lo zabaione allo champagne. Versate il brodo in una casseruola, unite lo champagne e fate restringere a bagnomaria a fuoco vivace, finché il liquido si sarà ridotto della metà. Unite la ricotta, già scolata dal siero e passata al setaccio, e mescolate con una frusta. Regolate di sale, pepate e unite i tuorli, uno alla volta, sempre mescolando con la frusta, senza mai arrivare al bollore.

■ Dopo 2-3 minuti di cottura, spegnete e lasciate raffreddare nella casseruola, mescolando di tanto in tanto. Sformate la miniterrina ormai fredda dallo stampo, tagliatela a cubotti e servitela con lo zabaione allo champagne.

Terrina di coniglio al balsamico

Ingredienti per 4 persone: **1 coniglio disossato, 1 tuorlo 75 ml di panna fresca, 1 patata già lessata, 1 carota 1 costa di sedano, 1 pomodoro, 1/2 cipolla, 1 foglio di gelatina olio extravergine di oliva, aceto balsamico, semi di papavero semi di sesamo, sale**

Preparazione

■ Mondate gli odori e il pomodoro, e metteteli interi in una casseruola capiente. Versate abbondante acqua e immergetevi il coniglio, diviso in sei parti. Mettete sul fuoco, salate e fate cuocere per circa 40 minuti. Scolate il coniglio, raccogliete la carne a pezzetti in un frullatore, unite il tuorlo, la panna, la patata lessata e un filo di olio, e frullate aggiungendo eventualmente un po' di acqua di cottura.

■ Foderate uno stampo da plumcake con la pellicola trasparente e versate il composto ottenuto, battendo bene per compattare. Mettete sul fuoco l'acqua di cottura del coniglio e fate restringere bene. Filtratene 100 ml e aggiungetevi 4 cucchiai di aceto balsamico e la gelatina, già ammollata e ben strizzata. Mescolate e versate nello stampo fino all'orlo. Trasferite in frigorifero e fate riposare per circa un'ora. Sformate la terrina, passatela in una panatura di semi di sesamo e di papavero, e servite.

Piatto fritto

Cimette di broccolo in pastella

Ingredienti per 4 persone:
1 broccolo, 500 g di farina, 2 dl di acqua tiepida 2 tuorli, 2 albumi, 25 g di lievito di birra 1 tazzina di olio extravergine di oliva olio di semi di arachide, sale

Preparazione

■ Stemperate il lievito in una ciotola con l'acqua tiepida. Unite l'olio extravergine di oliva, i tuorli e la farina. Lavorate fino a ottenere una pastella omogenea. Montate a neve gli albumi e incorporateli alla pastella, mescolando dal basso verso l'alto. Coprite e lasciate riposare per 20 minuti.

■ Mondate il broccolo e tagliatelo a cimette. Lessate le cimette in acqua bollente leggermente salata per 10 minuti, scolatele bene e lasciatele raffreddare. Quindi immergetele nella pastella e friggetele per 2 minuti in olio di semi di arachide a 170 °C. Scolate tutto su carta assorbente da cucina, regolate di sale e servite.

Capitone fritto alla scapece

Ingredienti per 4 persone: **1 capitone da circa 1 kg già pulito, 2 cipolle rosse di Tropea, 1 cipolla dorata, 2 coste di sedano farina, aceto di vino bianco, olio extravergine di oliva, sale**

Preparazione

Tagliate il capitone in pezzi di circa 10 cm di lunghezza, raccoglieteli in un colapasta e sciacquateli accuratamente. Infarinateli e friggeteli in olio ben caldo; scolateli, fateli asciugare su carta assorbente da cucina e salateli. Tagliate le cipolle a fettine sottili e fatele appassire in una casseruola con un filo di olio; bagnate con mezzo bicchiere di aceto, lasciate sfumare e aggiungete un bicchiere di acqua.

Alzate la fiamma e fate addensare per circa un minuto. Spegnete e lasciate intiepidire. In una ciotola raccogliete il capitone e le cipolle, mescolate e lasciate insaporire per 2-3 ore (ricordatevi di mescolare il tutto ogni mezz'ora). Sciacquate e mondate il sedano, quindi tagliatelo a listerelle sottili. Distribuite il capitone con le cipolle nei piatti individuali e guarnite con le listerelle di sedano. Portate in tavola e servite.

Filetti di baccalà in pastella

Ingredienti per 4 persone:
400 g di filetti di baccalà
400 ml di acqua
400 g di farina, 200 g di uova
olio extravergine di oliva, sale

Preparazione

■ Sciacquate accuratamente i filetti di baccalà, eliminate eventuali lische residue e tagliateli a tocchetti. Preparate la pastella: versate l'acqua in una ciotola, aggiungete a pioggia la farina, attraverso un setaccio, e iniziate a mescolare. Incorporate le uova, sbattute, e amalgamate fino a ottenere una pastella fluida e omogenea,

■ Passate un tocchetto alla volta nella pastella, servendovi di un cucchiaio. Scolate la pastella in eccesso, tuffate i tocchetti in olio extravergine di oliva ben caldo e fate friggere fino a doratura. Man mano che i filetti sono pronti, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. Al termine, regolate di sale, portate in tavola e servite.

Alberelli natalizi di patate

Ingredienti per 4 persone:
1 kg di patate, 250 g di farina
1 uovo, noce moscata
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

■ Lessate le patate per 30 minuti, a partire dal bollore. Scolatele, sbucciatele e passatele allo schiacciapatate, facendole cadere sulla spianatoia. Aggiungete la farina e profumate con una grattugiata di noce moscata. Salate, pepate, unite per ultimo l'uovo, e lavorate fino a ottenere un impasto omogeneo.

■ Stendete l'impasto a uno spessore di circa 1 cm e, con un coppapasta, ritagliate tanti alberelli. Scaldate abbondante olio in una padella capiente e friggete gli alberelli. Man mano che sono pronti, scolateli su carta assorbente da cucina. Al termine, salateli e serviteli. Sono buoni sia caldi sia tiepidi.

in Calendario su FACILE CUCINA

venerdì 13 dicembre

sabato 14 dicembre
- 14 dicembre
  Buongustaio nella neve
  Collalbo/Renon (Bz)
  www.ritten.com/it/altipiano/storie/26-piacere-gastronomico-a-2000m.html

domenica 15 dicembre

lunedì 16 dicembre

martedì 17 dicembre

I PRODOTTI DEL MESE

FRUTTA: arance, cachi, clementine, mandarini, melagrana, mele, pere.

VERDURA: barbabietola, cavolfiore, cavolo nero, cicoria, finocchio, indivia, porri, topinambur, verza.

PESCE: calamari, mazzancolle, moscardini, nasello, orata, polpo, sarago.

mercoledì 18 dicembre

giovedì 19 dicembre
- Fino a Natale, con l'acquisto di un dono solidale, aiuterete l'Associazione italiana per la lotta al neuroblastoma.
  www.noicimettiamo.org
  tel. 010 6018938
  mail: natale@neuroblastoma.org

venerdì 20 dicembre

MELAGRANA
Ha proprietà diuretiche e astringenti.
RICCA DI: vitamine C, K, B e potassio.

lunedì 23 dicembre

martedì 24 dicembre

mercoledì 25 dicembre
NATALE

giovedì 26 dicembre
SANTO STEFANO

venerdì 27 dicembre

sabato 28 dicembre
- 28-29 dicembre
  Sagra della zeppola
  Positano (Sa)
  www.festadellazeppola.com

domenica 29 dicembre

lunedì 30 dicembre

martedì 31 dicembre
SAN SILVESTRO

mercoledì 1 gennaio

giovedì 2 gennaio

sabato 4 gennaio
- 4 gennaio
  Fiaccolata, polentata e vin brulé
  Opi (Aq)
  www.prolocopi.it

domenica 5 gennaio
- 5 gennaio
  Tour del gusto-Fiemme world cup
  Val di Fiemme (Tn)
  https://www.fiemmeworldcup.com/it/tourdeski/e/301903/tour-del-gusto.php

lunedì 6 gennaio
EPIFANIA
- 6 gennaio
  Sagra della ricotta
  Sant'Angelo Muxaro (Ag)
  www.santangelomuxaro.gov.it

martedì 7 gennaio
- fino al 10 marzo
  Sommelier in pista in Alta Badia
  www.altabadia.org/it

mercoledì 8 gennaio

giovedì 9 gennaio

MANDARINO
Rinforza il sistema immunitario.
RICCO DI: vitamina C e magnesio.

venerdì 10 gennaio

sabato 11 gennaio

Concedetevi un lusso

Come recita l'antico adagio, "semel in anno licet insanire". E allora, per il veglione di San Silvestro, concedetevi uno sfizio gourmet e preparate, in poche e semplici mosse, piatti prelibati a base di ostriche, capesante e fasolari

3 conchiglie pregiate

Lo sapevate che?

Le ostriche consumate sui mercati nazionali appartengono a tre specie diverse comunemente identificate con la denominazione di "piatta"; "portoghese" (*Crassostrea angulata*) e "giapponese" o "concava". Quest'ultima è certamente la più allevata al mondo: commercialmente nota come ostrica francese, è facilmente riconoscibile per avere tutte e due le valve di forma sferica.

Conchiglie al gratin

Ingredienti per 4 persone
500 g di **ostriche**
150 g di **capesante**
100 g di **lupini**
200 g di **pane casereccio**
200 g di **pomodori Torpedino**
1 spicchio di **aglio**
olio extravergine di oliva
pepe

Preparazione
• **Tagliate** a tocchetti il pane. Lavate i pomodori e tagliateli a dadini. Raccogliete tutto in una ciotola, unite lo spicchio di aglio, un filo di olio e una macinata di pepe, e mescolate per bene. • **Lasciate riposare** per qualche minuto. Lavate accuratamente i molluschi sotto l'acqua corrente fredda. • **Aprite** i gusci con l'aiuto dell'apposito coltello: inserite la lama nella cerniera delle valve ed esercitate una leggera pressione fino a tagliare il muscolo adduttore interno che tiene serrate le due valve. • **Disponete** i molluschi con una sola valva, una volta aperti, in una teglia da forno. • **Ricopriteli** con il trito preparato e infornate a 180 °C per appena 2 minuti. Levate, impiattate e servite.

Lo sapevate che?

Le ostriche sotto il profilo nutrizionale sono molto interessanti per essere prive di grassi e carboidrati e ricchissime di zinco (in quantità quattro volte superiore al formaggio grana).

L'alleato in cucina

Coltello apriostriche.

Risotto alle ostriche e prosecco

Ingredienti per 4 persone
320 g di **riso**
16 **ostriche**
200 ml di **prosecco**
120 g di **rucola**
fumetto di pesce
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione
• **Scaldate** in una casseruola 1 cucchiaio di olio. Versate il riso e fatelo tostare per un paio di minuti, mescolando ogni tanto • **Bagnate** con il prosecco e fate sfumare, aggiungete un mestolino di fumetto di pesce caldo e proseguite la cottura, aggiungendo altro fumetto man mano che viene assorbito. Mentre il risotto è in cottura, sgusciate i molluschi, recuperando anche il loro liquido. • **Tenete** da parte i primi e filtrate il secondo. Poco prima del termine, aggiungete il liquido filtrato al risotto e completate la cottura. • **Aggiustate** eventualmente di sale. Il risotto dovrà risultare cremoso e bene all'onda. Una volta pronto, levate e distribuite nei piatti da portata. • **Completate** con i molluschi estratti e qualche ciuffetto di rucola, e servite.

Occhio alla mossa!

Inserite la lama del coltello nella parte posteriore della valva, forzando leggermente per aprire le ostriche. Nel fare questa operazione, tenetele leggermente inclinate, sopra una ciotola, per recuperare il loro liquido.

Linguine alle ostriche e uova di lompo

Ingredienti per 4-6 persone
12 **ostriche**
240 g di **linguine**
1 **porro**
1 bustina di **zafferano**
1 bicchiere di **spumante**
1 **scalogno**
succo di limone
uova di lompo • **burro**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Aprite** le ostriche, recuperate il loro liquido e filtrate l'acqua attraverso un colino, foderato con una garza. Fate fondere una noce di burro in una casseruola, unite 1/2 bicchiere di spumante e fate ridurre della metà. Unite i molluschi e levate subito dal fuoco. • **Affettate** finemente lo scalogno e il porro, e fate appassire in una padella con un filo di olio.
• **Bagnate** con lo spumante rimasto e fate sfumare. Lessate la pasta in acqua bollente leggermente salata, colorata con lo zafferano. Scolatele bene al dente e fatele saltare per un minuto nella padella con lo scalogno e un po' dell'acqua delle ostriche, filtrata.
• **Distribuite** le linguine nelle valve concave delle ostriche. Aggiungete in ogni conchiglia il suo mollusco, condite con il sughetto e completate con un cucchiaino di uova di lompo.
• **Spruzzate** un po' di succo di limone, pepate e servite.

Occhio alla mossa!

Aiutandovi con delle pinze, impiattate a nido le linguine.

Lo sapevate che?

Le ostriche più costose sono quelle colonizzate da alghe marine, le quali, una volta penetrate all'interno delle valve, si diffondono nel corpo molle conferendogli colori e sapori del tutto originali.

AVANTI TROTA!

Ha carni dall'aspetto simile a quelle del salmone, ma con quest'ultimo non ha niente a che spartire. Parliamo della trota salmonata, il cui colore rosato è dovuto unicamente alla sua alimentazione a base di crostacei. Qui diventa protagonista di piatti saporiti e raffinati

6 Piatti in rosa

Très chic

Tartare di trota nelle tartellette con maionese all'arancia

◂ Tartare di trota nelle tartellette con maionese all'arancia

Ingredienti per 4 persone
1 **trota salmonata** da circa 600 g
già eviscerata • 250 g di **pasta brisée**
2 **limoni** • 1 ciuffo di **prezzemolo**
uova di trota • **burro**
olio extravergine di oliva • **sale**
Per la maionese all'arancia: 1 **uovo**
2 cucchiai di **succo di arancia**
olio di semi di arachide • **zenzero**
sale e pepe

Preparazione
• **Tirate** la pasta brisée in una sfoglia sottile e foderate con questa 12 stampini scanalati, imburrati. • **Bucherellate** la pasta con i rebbi di una forchetta e infornate a 180 °C per una decina di minuti. Levate e lasciate raffreddare. Sfilettate la trota, spellate e spinate i filetti, e fateli a dadini. Condite con un filo di olio, il succo dei limoni, un po' di prezzemolo tritato e un pizzico di sale, mescolate e lasciate marinare per una decina di minuti. • **Per la maionese**: raccogliete il tuorlo in una ciotola, salate, pepate e iniziate a montare con un cucchiaio di legno, per ottenere una sorta di cremina densa. Sempre continuando a montare, aggiungete a filo 1 bicchiere di olio di semi, unendo, poco alla volta, il succo dell'arancia. Continuate a lavorare fino a ottenere una maionese della giusta consistenza, quindi profumate con un po' di zenzero grattugiato. • **Scolate** la tartare. Formate le tartellette dagli stampini e farcitele con un velo di maionese e quindi con la tartare di trota. • **Guarnite** con un po' di prezzemolo, completate al centro con le uova di trota e servite.

Idea speedy

In alternativa, acquistate la maionese già pronta.

Carpaccio scottato di trota

Ingredienti per 4 persone
1 **trota salmonata** da circa
600 g **già eviscerata** • 2 **arance**
2 **pompelmi rosa** • 2-3 **ravanelli**
2 ciuffi di **prezzemolo**
olio extravergine di oliva
sale e pepe rosa

Preparazione
• **Spremete** il succo di un'arancia e di un pompelmo. • **Filtratelo** in una ciotola, profumate con un po' di prezzemolo tritato e condite con un pizzico di sale, di pepe e un filo di olio, ed emulsionate. • **Sfilettate** la trota, spellate e spinate i filetti e affettateli sottilissimamente a carpaccio. • **Disponete** le fettine in una pirofila, conditele con l'emulsione, coprite con un foglio di pellicola trasparente, mettete in frigo e lasciate marinare per almeno un paio di ore. • **Pelate** al vivo l'arancia e il pompelmo rimasti, quindi tagliateli a fette molto sottili, raccogliendo il succo in una ciotolina. • **Affettate** i ravanelli. Scolate le fettine di trota dalla marinata e scottatele per pochi secondi in una padella ben calda. • **Distribuite** le fettine di agrumi e di ravanelli nei piattini individuali, quindi coprite con il carpaccio di trota. • **Emulsionate** il succo tenuto da parte con un filo di olio, un pizzico di sale, 1 cucchiaio di pepe rosa in grani e un altro po' di prezzemolo. • **Condite** il carpaccio con l'emulsione e servite.

2,50€ a porzione

Trota affumicata con crema di topinambur

Ingredienti per 4-6 persone
200 g di **filetti di trota salmonata affumicata** • 300 g di **topinambur**
1 **cipolla** • 1 bicchiere di **latte**
1 rametto di **timo**
100 g di **gorgonzola dolce**
4-6 fette di **pancarrè**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Sbucciate** i topinambur e tagliateli a dadini. Affettate la cipolla e fatela appassire in una casseruola con un filo di olio. • **Aggiungete** la dadolata di topinambur, coprite con il latte, unite un paio di bicchieri di acqua e fate cuocere per una mezz'ora, o comunque finché risulteranno teneri (nel caso si asciugassero troppo, bagnate con altra acqua). Regolate di sale, profumate con una macinata di pepe e con un po' di timo tritato, aggiungete un goccio di olio e frullate fino a ottenere una crema omogenea. • **Tagliate** a triangolo le fette di pancarrè, tagliate a dadini il gorgonzola e distribuitelo sulle fette di pancarrè, mettete in forno e fate tostare. • **Levate**, guarnite i crostini con i filetti di trota affumicata, tagliati a fettine sottili, e servite con la crema di topinambur calda, distribuita in ciotoline individuali.

Stupite tutti con 4,50€

PRELIBATEZZE DI MARE

Mousse ▲ di trota affumicata con coulisse di datterini

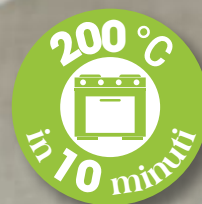
Ingredienti per 4 persone
4 **filetti di trota affumicata**
300 ml di **brodo di pesce**
2 cucchiai di **fecola di patate**
3 fogli di **gelatina già ammollata**
il succo di 1/2 **limone** • 1 cucchiaio di **vermouth** • 2 dl di **panna fresca**
200 g di **pomodori datterino giallo in succo**
100 g di **bieta già lessata** (o di **crescione**)
sale e pepe

Preparazione
• **Portate a ebollizione** il brodo di pesce, unite la fecola per addensare e mescolate. • **Incorporate** la gelatina, ben strizzata, quindi aromatizzate con il pepe, il vermouth e il succo di limone, mescolate e fate raffreddare. • **Fate a pezzetti** i filetti di trota e frullateli in un mixer, unendo a poco a poco il brodo freddo. Montate leggermente 1 dl di panna e mescolatela al trito di pesce. • **Distribuite** il composto in piccoli stampini monoporzione e conservate in frigorifero per circa 3 ore, fino a quando il composto sarà ben compatto. • **Passate** al setaccio i pomodorini e trasferite la salsa in un pentolino; scaldate a fiamma dolce. • **Montate** leggermente la panna restante e unitela alla purea di datterino: salate, pepate e lasciate intiepidire. Tritate la bieta, aggiungetela alla purea di datterino e mescolate. Sformate la mousse nei piattini individuali e servitela con la coulisse preparata a parte.

3€
a porzione

Cappellacci ripieni di trota ricotta e patate

Ingredienti per 4 persone
450 g di **pasta all'uovo** • 1 **trota salmonata** da circa 600 g **già eviscerata e sfilettata**
100 g di **ricotta** • 2 **patate già lessate** • 2 **arance** • 4 **carciofi**
100 ml di **panna fresca**
1 ciuffo di **prezzemolo**
brodo vegetale • **miele di castagno**
zeste di arancia • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Spellate** i filetti di trota. Grattugiate la scorza delle arance e spremete il succo. Ungete i filetti di trota con un filo di olio e fateli cuocere in una padella per qualche minuto da entrambi i lati.
• **Unite** la scorza grattugiata delle arance, bagnate con il succo filtrato, aggiungete 1/2 cucchiaino di miele e fate restringere. Al termine, salate e pepate. • **Passate** le patate allo schiacciapatate, raccogliendo il passato in una ciotola. Unite i filetti di trota, sminuzzati, e la ricotta, ben scolata dal siero, e amalgamate. • **Salate**, profumate con un po' di prezzemolo tritato e amalgamate ancora. • **Stendete** la pasta all'uovo in una sfoglia sottile e ricavate tanti quadrati di circa 12 cm di lato.
• **Farcite** al centro con una noce di ripieno. Piegate i quadrati a triangolo, premendo bene i bordi. Sovrapponete i due angoli alla base di ogni triangolo e premete per realizzare i cappellacci. • **Mondate** i carciofi e tagliateli a spicchi, quindi fateli saltare in padella con un filo di olio.
• **Bagnate** con un paio di mestoli di brodo e cuocete per 15-20 minuti. Unite la panna e riportate a bollore. Al termine, frullate per ottenere una salsina cremosa. Lessate i cappellacci in acqua bollente e salata.
• **Scolateli** al dente, conditeli con la salsa preparata, guarnite con qualche zesta di arancia e il prezzemolo, e servite.

Filetti di trota in crosta di pistacchi con quenelle di broccolo

Ingredienti per 4 persone
2 **trote salmonate** da 500 g l'una **già eviscerate**
100 g di **granella di pistacchi**
1 rametto di **timo**
500 g di **cimette di broccolo siciliano già lessate** • 2 **uova**
2 cucchiai di **parmigiano grattugiato** • 2 cucchiai di **semola di grano duro** • **farina** • **olio extravergine di oliva** • **olio di semi di arachide** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Sfilettate** le trote, spellate i filetti e privateli delle spine. Raccogliete la granella di pistacchi in una ciotola. Unite un po' di timo tritato e 1 cucchiaio di farina. • **Condite** con un pizzico di sale e di pepe e miscelate tutto. • **Passate** i filetti nella miscela, premendoli con le mani per farla aderire. Scaldate una padella con un filo d'olio e scottateci i filetti 30 secondi per lato. • **Foderate** una teglia con carta forno, trasferite i filetti e infornate a 200 °C per una decina di minuti. Poco prima del termine, passate tutto sotto il grill. • **Schiacciate** le cimette di broccolo con una forchetta. • **Raccogliete** tutto in una ciotola, unite le uova, il parmigiano e la semola, e amalgamate bene. • **Modellate** tante piccole quenelle e friggetele in abbondante olio di semi ben caldo. Man mano che sono pronte, scolatele su un foglio di carta assorbente da cucina. Al termine salatele. • **Distribuite** i filetti di trota nei piatti individuali, aggiungete le quenelle di broccolo e servite.

Antipasti golosi

Per un nuovo meraviglioso anno! Per cominciare con il piede giusto, dobbiamo anche passare per "la tavola giusta", gustando le sue prelibatezze.

1. PINOT NERO BRUT ROSÈ CASEO Rosé charmat brillante, con aromi di piccola frutta rossa, ribes e lamponi. Ideale con tartine e girelle al salmone.

2. PINOT NERO BRUT CASEO Bollicine veramente avvolgenti, freschezza e piacevolezza si sposano tra naso e palato. In generale, congeniale con le frittelle di baccalà.

Cenone a tutto pesce

Il menu tradizionale della Vigilia di Natale è di pesce: anguilla, baccalà, salmone, gamberi e gamberoni, pesci al forno, naturalmente con il vino adeguato.

FRIULANO FRIULI GRAVE doc BORGO TESIS FANTINEL. Elegante e profumato, note fruttate, alternate a fiori di campo e sentori di fieno. Morbido, avvolgente e sapido con pesce in crosta di sale.

€8,95

€8

LUCUMONE VERMENTINO MAREMMA TOSCANA doc MANTELLASSI. Vino sapido e marino, con note fruttate e minerali. Fresco e dissetante al palato, sgrassa crostacei alla griglia o al forno.

Pasta di tradizione

Ottime materie prime per preparazioni deliziose. Immancabile sulla tavola delle grandi occasioni la pasta, ripiena o al forno, si sposa alla perfezione con vini dalle note fruttate.

MAESTRALE CILIEGIOLO MAREMMA TOSCANA doc MANTELLASSI. Deve il suo nome alle piacevoli note di ciliegia, che sprigiona al naso e nel gusto, morbido con i cannelloni ai funghi.

€8

€9,90

MERLOT CAMPO CAMINO RISERVA PALADIN. Profumi ampi e intriganti tra note fruttate e speziate. Gusto vellutato e molto armonico. Con pasta al forno con ragù di carne.

San Silvestro

Non si sbaglia mai con piatti raffinati di carne, al forno e ripiena, per brindare a mezzanotte con lenticchie e cotechino alla fortuna del nuovo anno.

ROMPICOLLO TOSCANA IGT POGGIO AL TUFO. Vino fruttato con profumi di more, ciliegie, lamponi, erbe essiccate. Palato di corpo, rotondo, da provare con tacchinella ripiena.

€10

€8

SANT'AGATA LAMBRUSCO DI SORBARA DOC PALTRINIERI. Frizzante con spuma rosata, fine, persistente; sprigiona note floreali e fruttate, ideale con cotechino e lenticchie.

Dolce inizio

Creativi o di tradizione, i dolci non possono mai mancare durante le Feste. Rigorosamente abbinati ai vini giusti.

MOSCATO SPUMANTE PALADIN Brillante giallo paglierino, bouquet espressivo, aromatico, dall'inconfondibile nota agrumata. Dolcezza avvolgente con pandoro e panettone.

€9

€10

CAPINERA GIALLA MOSCATO CASEO Intenso, aromatico, fruttato con sensazioni di mela gialla, pesca, melone, agrumi. Palato elegante, delicato. Con crostate alla frutta e bignè alla crema.

Per cominciare l'anno con "la forchettata" giusta, non può mancare un buon piatto di pasta, soprattutto se abbinato a sughetti e condimenti corposi. Noi ci siamo divertiti ad abbinare ogni piatto a un giorno della settimana: ora… a voi la scelta!

7 Spaghetti &co.

Cosa vi serve?

BARILLA
Bavette. 500 g.
€0,79.

LA MOLISANA
Spaghetti gluten free. 400 g. ***€1,90*** circa.

VERDEMIO
Spaghetti integrali con grano biologico. 500 g. ***€0,99***.

RUMMO
Linguine. 500 g.
€1,19.

Bavette con ▲ spezzatino all'arancia e uvetta

Ingredienti per 4 persone
320 g di **bavette** • 300 g di **polpa di vitello**
1 **arancia** • 1 **scalogno** • 40 g di **uvetta**
1 pizzico di **noce moscata** • 1 ciuffo
di **erba cipollina** • **farina** • **burro** • **sale**

Preparazione
• **Fate appassire** in una padella lo scalogno, tritato, con una noce di burro.
• **Tagliate** la carne a cubetti, infarinatela leggermente e aggiungetela in padella, quindi mescolate e fate dorare su fiamma media. • **Sfumate** con il succo dell'arancia, filtrato (tenete da parte la scorza), salate e bagnate con un bicchiere di acqua calda, quindi aggiungete la noce moscata e l'uvetta, incoperchiate e fate cuocere per circa 30 minuti fino a quando la carne risulterà tenera. • **Lessate** la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e versatela in padella, aggiungendo un goccio di acqua di cottura.
• **Mantecate** con una noce di burro, l'erba cipollina tritata e la scorza di arancia a filetti, impiattate e servite.

Spaghettoni con sugo di braciole al pecorino

Ingredienti per 4 persone
320 g di **spaghettoni**
1 l di **passata di pomodoro**
350 g di **fettine di vitello**
1 **carota** • 1/2 **cipolla**
1 costa di **sedano** • 1 ciuffo
di **prezzemolo** • 1/2 bicchiere di **vino bianco** • **pecorino canestrato**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Aprite** le fettine di carne e battetele leggermente con un batticarne.
• **Salatele**, cospargetele di prezzemolo tritato e disponete al centro un po' di pecorino, tagliato a scagliette; arrotolate le fettine a involtino e fermatele con uno stecchino. • **Mondate** e tritate grossolanamente gli odori, quindi fateli soffriggere in padella con un filo di olio. • **Disponete** le braciole e fatele dorare da tutti i lati. Sfumate con il vino, aggiungete la passata, regolate di sale, incoperchiate e fate cuocere a fuoco basso per circa un paio d'ore. Quando le braciole risulteranno tenere, spegnete e lasciate riposare.
• **Lessate** la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e conditela con il sugo.
• **Impiattate**, accompagnate con le braciole, completate con una grattugiata di pecorino e servite.

Mercoledì
Antichi Sapori
Bottarga di Tonno
Antichi Sapori
L'alleato
in cucina
Bottarga di tonno.
20 g. €2,90.
Antichi Sapori
SPAGHETTI&CO.
Très chic

◂ Spaghetti vongole e bottarga

Ingredienti per 4 persone
320 g di **spaghetti**
1 kg di **vongole già spurgate**
2 spicchi di **aglio**
1 ciuffo di **prezzemolo**
1 **lime** • **bottarga in polvere**
olio extravergine di oliva
vino bianco
sale

Preparazione
• **Fate spurgare** le vongole in acqua fredda e salata per circa 2 ore; scolatele accuratamente e trasferitele in una padella con un filo di olio e gli spicchi di aglio, schiacciati.
• **Mettete** su fiamma vivace, sfumate con 1 bicchierino di vino bianco, incoperchiate e fate cuocere fino a quando le vongole si saranno aperte.
• **Sgusciatele**, tenetele da parte in caldo (anche qualcuna con il guscio per la decorazione finale) e conservate il fondo di cottura, filtrato. • **Lessate** gli spaghetti in acqua bollente e salata, quindi scolateli al dente e trasferiteli in padella con le vongole tenute da parte. • **Impiattate**, spolverizzate con un po' di bottarga, la scorza grattugiata del lime e un po' di prezzemolo tritato. • **Guarnite** con le vongole intere, ultimate con un filo di olio a crudo e servite.

Lo sapevate che?

LA BOTTARGA. È un alimento costituito dagli organi riproduttivi del pesce, le cui uova vengono salate, pressate, essiccate e stagionate. Le sacche ovariche, dette baffe, devono essere intatte; vengono messe in salamoia per un tempo proporzionale al peso della stessa: mezza giornata o un giorno intero. Per l'essicazione e la stagionatura, si appendono in luoghi arieggiati e secchi per un periodo da uno a 5-6 mesi, a seconda del peso. Le più rinomate sono: quella di tonno rosso Blue-fin e quella di muggine (cefalo).

PASTA ALLE VONGOLE SUPER VELOCE: come prepararla in casa senza sbagliare

LASCIATELE SPURGARE! Non dimenticate di porre molta attenzione alla fase di pulizia delle vongole. Dopo averle spazzolate, passatele sotto l'acqua corrente e lasciatele spurgare in acqua fredda, cambiandola ripetutamente, per almeno un paio di ore.

VINO. Non pensate che sia secondario sfumare le vongole in cottura con mezzo bicchiere di vino. Un buon bianco esalta il sapore del mare. La quantità? Mezzo bicchiere è più che sufficiente.

SBAGLIARE FORMATO DI PASTA. Non avete gli spaghetti? Si può chiudere un occhio solo se in dispensa vi è rimasto un pacco di linguine o altra pasta lunga e porosa in grado, in una sola forchettata, di raccogliere vongole e condimento. Altri formati di pasta, soprattutto se corta, sono banditi!

LIQUIDO DI COTTURA. Non buttatelo! Appetitoso e saporito, va assolutamente filtrato e unito alla pasta e al condimento. Se dovesse essere troppo abbondante, fatelo ridurre un po'.

ELIMINARE LA CONCHIGLIA. Ok estrarre il mollusco non è un vero e proprio errore ma, si sa, anche l'occhio vuole la sua parte; ricordatevi pertanto di lasciarne almeno 1/3 con la conchiglia.

PREZZEMOLO. Sicuramente è l'erba aromatica che meglio si sposa con questa preparazione, ma utilizzatela al momento giusto. Se aggiunta in cottura, conferirà alla pasta un retrogusto leggermente amarognolo. Mettetela solo al momento dell'impiattamento.

SALSA DI POMODORO SÌ O... NO! La cottura nel sugo non esalta il sapore delle vongole. Se proprio amate un tocco di rosso, unite qualche datterino appena scottato, e niente più.

Spaghetti al pesto di agrumi e mandorle con mazzancolle

Ingredienti per 4 persone
320 g di **spaghetti**
400 g di **mazzancolle** • 1 **limone**
1 **arancia** • 1 **mandarino** • 5 **capperi dissalati** • 30 g di **mandorle già pelate** • 2 ciuffi di **prezzemolo**
1 spicchio di **aglio**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Lavate** accuratamente gli agrumi e pelateli, prelevando solo la scorza esterna (fate attenzione a non prendere anche la parte bianca amara). • **Raccogliete** in un mixer le mandorle, 1 ciuffo di prezzemolo, i capperi e le scorze degli agrumi, e frullate per qualche secondo.
• **Aggiungete** 4 cucchiai di olio e un pizzico di sale, e frullate ancora fino a ottenere un pesto omogeneo. Sciacquate le mazzancolle, sgusciatele, tenendo da parte le teste, ed eliminate il carapace e il filamento scuro dell'intestino.
• **Lessate** la pasta in abbondante acqua salata. • **Fate soffriggere** in una padella l'aglio con un filo di olio; aggiungete le teste dei crostacei e lasciate insaporire schiacciandole con un cucchiaio di legno. • **Toglietele**, aggiungete le mazzancolle e fatele saltare per qualche minuto.
• **Scolate** la pasta al dente e versatela in padella, aggiungendo, se necessario, un goccio di acqua di cottura. Spegnete, condite con il pesto di agrumi e mescolate. • **Impiattate**, profumate il prezzemolo rimasto, condite con un filo di olio e servite.

Bavette con ▲ crema di carciofi zafferano e scaglie di grana

Ingredienti per 4 persone
320 g di **bavette** • 6 **carciofi** • 1 bustina di **zafferano** • 1/2 **cipolla** • 1 **limone**
grana • **olio extravergine di oliva** • **sale**

Preparazione
• **Pulite** i carciofi, eliminate le foglie esterne più dure e la barba interna; togliete le punte e raccoglieteli in una ciotola con dell'acqua acidulata con succo di limone.
• **Fate soffriggere** in una padella la cipolla, tritata, con un filo di olio; aggiungete i carciofi, tagliati a spicchi, e fateli saltare per circa 5 minuti. • **Unite** lo zafferano, sciolto in un bicchiere di acqua calda, salate e fate cuocere fino a quando il fondo non inizierà ad asciugarsi. • **Raccogliete** i carciofi in un mixer da cucina, unite 80 g di grana grattugiato e un filo di olio, e frullate per bene. • **Lessate** la pasta in abbondante acqua leggermente salata, quindi scolatela e conditela con la crema di carciofi, aggiungendo eventualmente qualche cucchiaio di acqua di cottura della pasta. • **Impiattate**, condite con un filo di olio a crudo, guarnite con le scaglie di grana e servite.

Stupite tutti con 3€

Sabato

Spaghettoni con 'nduja e patate

Ingredienti per 4 persone
360 g di **spaghettoni**
200 g di **'nduja calabrese**
3 **patate** • 1 spicchio di **aglio**
1 rametto di **rosmarino**
olio extravergine di oliva • **sale**

Preparazione
• **Fate cuocere** le patate in abbondante acqua bollente, quindi scolatele, sbucciatele e schiacciatele con uno schiacciapatate, raccogliendo la purea ottenuta in una ciotola.
• **Lessate** la pasta in abbondante acqua salata. • **Fate soffriggere** nel frattempo in una padella l'aglio con un filo di olio; unite metà 'nduja, tritata grossolanamente, e fatela sciogliere per qualche secondo.
• **Aggiungete** le patate schiacciate (tenendone da parte un po'), mescolate e fate insaporire.
• **Scolate** la pasta al dente, versatela in padella e fatela saltare per qualche minuto, aggiungendo un goccio di acqua di cottura della pasta.
• **Spegnete**, unite la 'nduja restante e mescolate. • **Impiattate**, guarnite con qualche ciuffetto di patata e il rosmarino, e servite.

Bavette con ragù di arrosto e cardoncelli ▾

Ingredienti per 4 persone
320 g di **bavette** • 300 g di **arrosto di manzo già cotto** • 250 g di **cardoncelli**
1 spicchio di **aglio** • 1/2 bicchiere di **vino rosso** • qualche stelo di **erba cipollina**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Tagliate** la carne a cubetti. Pulite i funghi con un panno umido e tagliateli a fettine.
• **Tritate** finemente lo spicchio di aglio e fatelo soffriggere in padella con un filo di olio; aggiungete i funghi e fateli saltare per una decina di minuti su fiamma vivace.
• **Sfumate** con il vino e salate leggermente, quindi aggiungete l'arrosto, mescolate e fate cuocere per una decina di minuti.
• **Lessate** la pasta in abbondante acqua leggermente salata, quindi scolatela al dente e trasferitela in padella con il condimento (se necessario, aggiungete un goccio di acqua di cottura). • **Mantecate** la pasta per qualche minuto. Quando il fondo risulterà cremoso, spegnete e impiattate.
• **Profumate** con una macinata di pepe e un po' di erba cipollina, condite con un filo di olio a crudo e servite.

TI SPIEZZO IN 7

Al sugo, in umido, di carne bianca o rossa, lo spezzatino, in cucina, vince per praticità e fantasia. Qui viene presentato in sette golose varianti: da quelle più tipiche, come il gulasch alla goriziana o lo spezzato di pollo al vino, a quelle più creative e gourmet

Gulasch alla goriziana

Ingredienti per 5-6 persone
1 kg di **muscolo di manzo**
1 kg di **cipolle** • 1 cucchiaio di **farina** • 2-3 bicchieri di **brodo di carne** (o di **acqua calda**)
200 g di **passata di pomodoro**
2 foglie di **alloro** • **paprica dolce o piccante in polvere**
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione
• **Sbucciate** e affettate le cipolle, quindi raccoglietele in una casseruola, unite 2-3 cucchiai di olio e fatele rosolare per 5-10 minuti a fiamma dolce, mescolando spesso e facendo attenzione a non farle attaccare. • **Tagliate** a tocchetti la carne e passateli nella farina, miscelata con un po' di paprica. • **Unite** la carne alle cipolle, alzate la fiamma e fate rosolare per circa 5 minuti, mescolando di tanto in tanto. Una volta rosolata la carne, salate, pepate, aggiungete l'alloro e coprite il tutto con il brodo caldo e la passata di pomodoro. • **Fate cuocere** per circa 3 ore su fiamma bassa, mantenendo la pentola semicoperta e mescolando di tanto in tanto (se necessario, bagnate con altro brodo). A fine cottura, la carne deve risultare morbida. Impiattate, portate in tavola e servite.

Tips & Tricks

Il gulasch è buono anche il giorno seguente. Servitelo con gnocchi di pane o polenta.

Grande classico

Lo sapevate che?

La preparazione del gulasch alla goriziana, figlio del celebre gulasch all'ungherese, prevede l'uso di carne e cipolla in pari quantità.

Spezzatino di manzo in crema di gorgonzola e radicchio

Ingredienti per 4 persone
800 g di **polpa di manzo**
300 g di **gorgonzola** • 1 cespo di **radicchio tondo** • 10 **gherigli di noce** • 50 g di **burro**
brodo vegetale • **vino bianco**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Tagliate** a cubetti la polpa di manzo. Scaldate in una padella un filo di olio, disponete i cubetti di carne e fateli rosolare per circa 10 minuti su fiamma vivace. • **Bagnate** con 1 bicchiere di vino bianco e lasciate sfumare, quindi incoperchiate, abbassate la fiamma e fate cuocere per circa 1 ora, versando di tanto in tanto un goccio di brodo caldo o di acqua. Regolate infine di sale e di pepe. • **Mondate** e sciacquate il radicchio. Tagliatelo a spicchi e grigliateli su una piastra ben calda. Levate e tagliate infine il radicchio a listerelle. • **Raccogliete** in un pentolino il burro e il gorgonzola, tagliato a dadini, mettete sul fuoco a fiamma dolce e fate sciogliere. • **Unite** il radicchio e amalgamate per bene. • **Distribuite** lo spezzatino nei piatti da portata, nappate con la crema di gorgonzola, cospargete con i gherigli di noce e servite.

Occhio agli ingredienti!

Se possibile, non lesinate sulla qualità del vino utilizzato per sfumare la carne. Tutti i sentori del vino, infatti, compresi i difetti, si trasferiscono al piatto in cottura.

Spezzatino di maiale in crosta di pepe con purè di patate

Ingredienti per 4 persone
800 g di **spezzatino di polpa di maiale**
6 **patate grandi** • 40 g di **burro**
2 dl di **latte** • 1 **cipolla** • 1 costa di **sedano** • 1 **carota** • **parmigiano**
vino bianco • **olio extravergine di oliva**
sale affumicato • **sale e pepe**

Preparazione
• **Fate soffriggere** in una casseruola gli odori tritati con un filo di olio.
• **Disponete** la carne e fatela rosolare per circa 10 minuti su fiamma vivace. Regolate infine di sale. • **Passate** i cubetti di carne nel pepe e fate aderire perfettamente la panatura. • **Trasferiteli** in una teglia da forno, tenendo da parte la casseruola con il fondo di cottura, bagnateli con 1 bicchiere di vino e infornate a 130 °C per circa mezz'ora.
• **Schiacciate** le patate con uno schiacciapatate fino a ridurle in purea.
• **Raccoglietela** in una pentola e mettete sul fuoco a fiamma media. Unite il latte, il burro, una spolverizzata di parmigiano grattugiato e un pizzico di sale, e fate cuocere fino a ottenere un purè morbido e cremoso. • **Frullate** il fondo di cottura dello spezzatino e passatelo a un colino a trama fitta. • **Distribuite** il purè nei piatti da portata e adagiate sopra lo spezzatino. • **Nappate** con il fondo di cottura, spolverizzate con un pizzico di sale affumicato e servite.

130 °C in 30 minuti

Spezzatino ▲ di anatra in agrodolce

Ingredienti per 4 persone
600 g di **polpa di anatra** • 1 **cipolla**
10 **prugne snocciolate** • 1 **peperone rosso**
1 cucchiaio di **aceto di riso** • 1/2 bicchiere di **vino bianco** • 1-2 rametti di **timo**
olio di sesamo • **sale**

Preparazione
• **Lavate** il peperone e asciugatelo con carta assorbente da cucina. • **Fatelo arrostire** sotto il grill del forno, quindi raccoglietelo in un sacchetto di carta per il pane e fatelo raffreddare. • **Spellatelo**, eliminate semi e coste bianche interne, e infine frullatelo fino a ottenere una crema. • **Tagliate** la polpa di anatra a cubetti. Raccoglieteli in una ciotola, unite la crema di peperone, un pizzico di sale, 1/2 cipolla, tritata, e l'aceto di riso.
• **Mescolate** per bene e lasciate marinare il tutto in frigo per circa 1 ora. Scaldate in una padella 4 cucchiai di olio di sesamo, aggiungete la cipolla restante, tritata, e fatela appassire; disponete i cubetti di carne e fateli dorare su fiamma vivace per 5 minuti.
• **Sfumate** con il vino, aggiungete le prugne snocciolate, incoperchiate, abbassate la fiamma e fate cuocere per una decina di minuti. • **Spegnete** e fate riposare per qualche minuto, quindi impiattate, guarnite con il timo e servite.

Spezzatino di vitella con vellutata di ceci

Ingredienti per 6 persone
900 g di **polpa di vitella**
500 g di **ceci secchi già ammollati in acqua** • 1/2 bicchiere di **crema di latte** • 4 fette di **pancetta tesa**
1 **cipolla** • 1 rametto di **rosmarino**
brodo di carne • **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione
• **Tagliate** la polpa di vitella a cubetti. In una padella fate appassire la cipolla, tritata, con un filo di olio; mettete la carne e fate rosolare su fiamma vivace per circa 10 minuti. Bagnate con un mestolo di brodo caldo, incoperchiate e fate cuocere per circa 1 ora. • **Lessate** intanto i ceci in abbondante acqua; una volta cotti, scolateli e raccoglieteli in un mixer da cucina. • **Unite** la crema di latte e il rosmarino, e frullate fino a ottenere una crema della giusta densità. Regolate di sale e di pepe. • **Disponete** le fette di pancetta in una padella antiaderente e fatele cuocere fino a renderle croccanti.
• **Distribuite** la vellutata di ceci nei piatti da portata, completate con la pancetta croccante tritata e servite.

pronto in 60 minuti

Tips & Tricks

Per rendere la pancetta ancora più croccante, trasferitela in freezer per circa 1 ora prima di cuocerla.

Spezzato ▲ di pollo al vino

Ingredienti per 4-6 persone
1 **pollo** da 1,2 kg **fatto a pezzi** • 2 **carote**
500 g di **champignon già mondati**
100 g di **pancetta affumicata in una fetta unica** • 74 ml di **vino rosso corposo**
1 foglia di **alloro** • 1 **mazzetto aromatico** (**timo**, **alloro**, **prezzemolo**, **rosmarino**)
2 **chiodi di garofano** • **farina** • **burro**
olio extravergine di oliva • **sale e pepe**

Preparazione
• **Raccogliete lo spezzato** di pollo in un contenitore di coccio. Unite il mazzetto aromatico, la foglia di alloro, i chiodi di garofano e qualche grano di pepe.
• **Bagnate** con il vino, coprite e fate marinare in frigo per una notte. Scolate quindi la carne, filtrate la marinata e tenete tutto da parte. • **Tagliate** a listerelle la pancetta e fatela rosolare in una casseruola con una noce di burro e un filo di olio.
• **Unite** i pezzi di pollo, leggermente infarinati, e fateli dorare in modo uniforme a fuoco vivo per 2 minuti. Poi levateli e teneteli da parte. • **Aggiungete** nella stessa casseruola le carote e gli champignon a rondelle, e fateli cuocere a fuoco medio per 10 minuti. • **Rimettete** i pezzi di pollo, bagnate con la marinata filtrata (fino ad arrivare a circa metà altezza del pollo), salate e portate a bollore. • **Diminuite** l'intensità della fiamma e completate la cottura a piccolo bollore per 40-45 minuti, finché il pollo risulterà tenero. • **Levate** i pezzi di pollo e serviteli con il sugo di cottura, fatto addensare per qualche minuto.

Tips & Tricks

Accompagnate, a piacere, con un purè di patate dolci

Très chic

A TUTTO SPEZZATINO

Spezzato d'anatra al lambrusco

Ingredienti per 4 persone: 1 **anatra** da 800 g **fatta a pezzi** • 2 **cipolle rosse** 750 ml di **lambrusco** • 2 **carote** • 2 coste di **sedano** • 3 foglie di **alloro** • 1 cucchiaino di **concentrato di pomodoro** • **farina** **olio extravergine di oliva** • **sale e pepe**

Preparazione

• **Salate**, pepate e infarinate lo spezzato di anatra. • **Fate soffriggere** in un tegame con un filo di olio gli odori, mondati e tagliati a dadini. Regolate di sale, pepate e profumate con le foglie di alloro, quindi aggiungete l'anatra e fatela rosolare per bene. • **Bagnate** con il lambrusco, aggiungete il concentrato, incoperchiate e fate cuocere a fuoco lento fino a ottenere una salsina densa. • **Spegnete**, impiattate e servite.

PAN FRUTTA

Fichi secchi, datteri, uvetta, noci… la frutta, secca ed essiccata, in accoppiata vincente con impasti fragranti, dà vita a cinque ghiotte delizie di pane

5 pani fragranti

Ciambella di pane ai fichi

Ingredienti per 6-8 persone
1 kg di **farina** • 15 g di **lievito di birra fresco** • 600 g di **fichi secchi**
22 g di **sale** • **liquore alle arance** (oppure **vino passito**)

Preparazione
• **Tagliate** a cubetti i fichi secchi, trasferiteli in una pentola e versate un goccio di liquore e un po' di acqua. • **Mettete** sul fuoco e fate cuocere fino a quando i fichi avranno assorbito tutto il liquido. Spegnete e fate raffreddare. Fate sciogliere il lievito in 600 ml di acqua. • **Disponete** la farina a fontana, unite al centro il lievito e iniziate a impastare. Aggiungete il sale e proseguite a lavorare fino a ottenere un impasto omogeneo e liscio. Incorporate infine i fichi. • **Formate** una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti. Trascorso il tempo di riposo, riprendete l'impasto e formate tante palline da circa 150 g l'una. • **Pirlate** le palline, senza stressare l'impasto, e componete un disco, facendole appena sfiorare, in una tortiera abbastanza capiente. Coprite e lasciate lievitare per circa un'ora. • **Infornate** a 190 °C e fate cuocere per circa 20 minuti, o comunque fino a doratura (tempi e temperature potrebbero variare in base alla tipologia del forno). Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate raffreddare, quindi sformate e portate in tavola.

Lo sapevate che?

Pirlare un impasto significa arrotondarlo facendolo girare tra le mani o sul piano di lavoro dandogli una forma sferica.

Panini alle noci

Ingredienti per circa 20 panini
700 g di **farina**
300 g di **farina di farro integrale**
550 ml di **latte** (più altro per spennellare)
100 g di **burro a pomata**
15 g di **lievito di birra fresco**
500 g di **gherigli di noce tritati grossolanamente** • 30 **gherigli di noce interi** • 25 g di **sale**

Preparazione
• **Fate sciogliere** il lievito nel latte. Miscelate le farine e disponetele a fontana; versate al centro il lievito e iniziate a impastare. Quando la farina avrà assorbito tutto il liquido, aggiungete il burro, le noci tritate e infine il sale, e proseguite a lavorare fino a ottenere un impasto omogeneo e liscio. • **Formate** una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti. • **Schiacciate** quindi delicatamente l'impasto fino a ottenere una sfoglia spessa circa 3 cm. Ricavate con un coppapasta tanti dischetti da 40 g l'uno.
• **Spennellateli** con un po' di latte e disponete al centro un gheriglio di noce. • **Trasferite** i dischetti in una teglia con carta forno, copriteli e fateli lievitare per circa 30 minuti.
• **Infornate** quindi a 190 °C per circa 15 minuti. Sfornate e servite.

Cosa vi serve?

VENTURA
Fichi secchi.
250 g. **€ 2,69**.

BENCIVENGA
Datteri Kenta Ravier.
200 g. **€ 1,49**.

LIFE
Noce sgusciata linea Classic. 100 g. **€ 2,90**.

COLFIORITO
Mix Blu uvetta e noci.
200 g. **€ 2,29**.

Pane arabo ai datteri

Ingredienti per circa 30 panini
1 kg di **farina** • 550 ml di **acqua**
100 ml di **olio extravergine di oliva** (più altro per spennellare)
30 g di **lievito di birra fresco**
200 g di **datteri** • 25 g di **sale**
15 g di **zucchero** • **semi di sesamo**

Preparazione
• **Snocciolate** i datteri e tagliateli a pezzetti. Fate sciogliere il lievito nell'acqua con lo zucchero.
• **Disponete** la farina a fontana, unite al centro il lievito e iniziate a impastare. Aggiungete l'olio, il sale e infine i datteri, e proseguite a lavorare fino a ottenere un impasto omogeneo e liscio. • **Formate** una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti. Trascorso il tempo di riposo, riprendete l'impasto e dividetelo in tante pagnottine. • **Arrotondatele** e poi appiattitele in modo da ottenere tanti dischetti spessi circa 3 cm. Trasferite i dischetti in una teglia, foderata con carta forno, spennellateli con un filo di olio e poi cospargeteli con i semi di sesamo. • **Tagliateli** a spicchi, ma senza staccare effettivamente la parte: questo vi consentirà di dividere il pane una volta cotto senza usare il coltello.
• **Coprite** e lasciate lievitare per circa 20 minuti. Scaldate intanto una padella antiaderente, disponete i dischetti di pane e, quando inizieranno a gonfiarsi, fate cuocere per circa 1 minuto. Girate quindi il pane e portate a cottura. Levate e servite.

0,10€ a porzione

cotte in 12 minuti

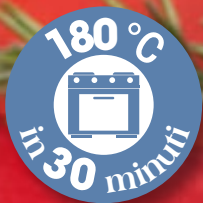
Roselline ▲ all'uvetta

Ingredienti per 30 roselline
1 kg di **farina debole** • 600 ml di **acqua**
15 g di **lievito di birra fresco**
500 g di **uvetta** • 12 g di **sale**

Preparazione
• **Mettete** in ammollo l'uvetta in acqua tiepida per qualche ora. Fate sciogliere il lievito nell'acqua. • **Disponete** la farina a fontana, versate al centro il lievito e iniziate a impastare. • **Incorporate** l'uvetta, ben strizzata, e infine il sale, e proseguite a lavorare fino a ottenere un impasto omogeneo e liscio. • **Formate** una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e lasciate riposare per circa 40 minuti a temperatura ambiente. Trascorso il tempo di riposo, ricavate tanti filoncini di circa 2 cm di diametro e schiacciateli fino a ottenere una "tagliatella" di 12 cm di lunghezza. • **Praticate** dei tagli di circa 1 cm lungo il bordo di un lato della "tagliatella" (dovrete creare come una sorta di pettine). • **Inumidite** con un goccio di acqua la pasta da un lato e arrotolatela su se stessa formando una piccola rosellina.
• **Trasferite** le roselline ottenute in una teglia, foderata con carta forno, e lasciate lievitare fino al raddoppio del volume. Infornate a 180 °C per circa 12 minuti. Sfornate, lasciate intiepidire e servite.

Idea WOW

L'utensile furbo

Set tagliapasta a forma di stella di varie dimensioni.
Paderno

Stelline noci uvetta e rosmarino

Ingredienti per 15-20 stelline
450 g di **pasta di pane**
90 g di **gherigli di noce**
100 g di **uvetta**
3 rametti di **rosmarino**

Preparazione
• **Mettete** in ammollo l'uvetta in un po' di acqua tiepida per una mezz'ora. Trascorso il tempo, strizzatela per bene e raccoglietela in una ciotola con i gherigli di noce, tritati grossolanamente. • **Profumate** con gli aghi di rosmarino, tritati, e distribuite uniformemente su un piano di lavoro.
• **Stendete** la pasta di pane, in modo da formare un rettangolo e adagiatela sull'uvetta e il rosmarino; quindi lavorate delicatamente l'impasto incorporando tutti gli ingredienti.
• **Ricavate**, con un apposito tagliapasta, tanti panini a forma di stella. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 30 minuti. Sfornate e servite.

Soffice e impalpabile, o croccante
e dorata, la meringa "veste" a festa torte
e dessert al cucchiaio

5 dessert in bianco

◂ Meringata con gelato alla crema e croccante

Ingredienti per circa 4 persone
Per la meringa: • 4 **albumi**
230 g di **zucchero a velo vanigliato**
Per la farcitura: • 500 g di **gelato alla crema** • 4 **frutti della passione**
Vi servono inoltre: • 500 g di **panna montata** • 300 g di **croccante alle mandorle** • 4 **alchechengi** (a piacere)

Preparazione
• **Per la meringa**: lavorate gli albumi con lo zucchero a velo fino a ottenere un composto gonfio e lucido. • **Stendete** un foglio di carta forno sulla placca del forno e con una matita alimentare disegnate 2 cerchi, uno di 22 cm e l'altro di 20 cm di diametro. • **Realizzate**, con l'aiuto di un sac à poche con bocchetta liscia due dischi di meringa. Infornate a 90 °C e fate cuocere per circa 2 ore, lasciando lo sportello leggermente aperto.
• **Levate** e fate raffreddare. Disponete il disco di meringa più grande su un vassoio e coprite con metà gelato. • **Continuate** con la polpa dei frutti della passione, coprite con il gelato rimasto e chiudete con il secondo disco di meringa. • **Pareggiate** i bordi del dolce per ottenere un tronco di cono regolare, avvolgete con pellicola trasparente, mettete in freezer e lasciate raffreddare per 2 ore. Levate quindi la pellicola e spalmatelo con la panna montata. • **Decorate** con il croccante sbriciolato e con gli alchechengi e servite.

Tips & Tricks

Lavorate brevemente il gelato con una spatola per ammorbidirlo prima di usarlo per la farcitura.

Stupite tutti con 2,00€

Meringata ai frutti di bosco

Ingredienti per circa 4 persone
150 g di **albumi** • 150 g di **zucchero semolato fine** • 150 g di **zucchero a velo** • 3 gocce di **succo di limone**
1 cucchiaino di **maizena**
Per la farcitura: 300 g di **frutti di bosco**
700 g di **panna montata**
Per la decorazione:
• 200 g di **frutti di bosco**

Preparazione
• **Raccogliete** in una planetaria gli albumi, le gocce di succo di limone e lo zucchero semolato, e con le fruste iniziate a montare il tutto. Quando la massa inizia a essere spumosa, unite lo zucchero a velo, un cucchiaio alla volta, e continuate a montare la meringa per 5-10 minuti. Incorporate quindi la maizena setacciata e raccogliete il composto in un sac à poche. • **Rivestite** una teglia con carta forno e formate tanti quadrati di meringa di circa 10 cm di lato. • **Infornate** in forno già caldo a 90 °C per circa 2 ore, lasciando lo sportello del forno leggermente aperto. Levate e lasciate raffreddare. • **Per la farcitura**: incorporate i frutti di bosco alla panna. Componete i dolci: in 4 anelli di acciaio quadrati alternate le basi di meringa con la panna. • **Trasferite** in freezer a rassodare per un paio di ore. Trascorso il tempo di riposo, sfilate gli anelli, guarnite con frutti di bosco freschi e servite.

grande classico rivisitato

Lo sapevate che?

Tributo alla ballerina russa Anna Pavlova, l'omonimo dolce ha origini controverse, contese tra Australia e Nuova Zelanda.

Pavlova

Ingredienti per 4 persone
300 g di **pan di Spagna**
Per la meringa classica:
200 g di **albumi** • 200 g di **zucchero**
200 g di **zucchero a velo**
Per la bagna: • 150 ml di **acqua**
75 g di **zucchero**
75 g di **purea di lamponi**
Per la decorazione: 250 g di **frutti di bosco** • 250 g di **panna montata** • **zucchero a velo**

Preparazione
• **Per la meringa**: lavorate gli albumi con lo zucchero a velo; a metà montata, versate a pioggia lo zucchero e proseguite a montare fino a ottenere un composto ben fermo.
• **Formate** quindi, con l'aiuto di un cerchio in metallo, un disco di meringa.
Fate tanti ciuffetti lungo il bordo e infornate a 100 °C per circa 30 minuti.
• **Per la bagna**: fate sciogliere lo zucchero in un pentolino con l'acqua; aggiungete la purea di lamponi e mescolate.
• **Ricavate** dal pan di Spagna tre dischi delle dimensioni del "cestino" di meringa e spessi 1/2 cm (tenete da parte qualche cubetto per la decorazione). Bagnateli con la bagna e poi disponeteli all'interno del cestino di meringa, alternandoli alla panna montata. • **Guarnite** la superficie con i frutti di bosco e qualche cubetto di pan di Spagna, spolverizzate con lo zucchero a velo e servite.

Meringata ai frutti rossi e melagrana

Ingredienti per circa 4 persone
Per la meringa: • 7 **albumi**
250 g di **zucchero**
250 g di **zucchero a velo**
Per la farcitura: • 1,5 l di **panna fresca** 250 g di **zucchero a velo**
1 cucchiaio di **essenza di vaniglia**
2 cestini di **ribes**
Vi serve inoltre: • 1 **melagrana**

Preparazione
• **Montate** gli albumi con lo zucchero fino a ottenere un composto spumoso. Unite pian piano lo zucchero a velo e continuate a lavorare finché sarà ben gonfio e lucido. • **Stendete** un foglio di carta forno sulla placca del forno e con una matita alimentare disegnate tre dischi da 24 cm di diametro.
• **Raccogliete** il composto per la meringa in un sac à poche con bocchetta liscia e, seguendo i bordi disegnati sulla carta forno, realizzate tre dischi. • **Preparate** con il composto rimasto tanti piccoli alberelli di Natale e alcune meringhette piccole.
• **Infornate** a 90 °C e fate cuocere per circa 2 ore, lasciando lo sportello leggermente aperto. Al termine, levate e lasciate raffreddare. Poco prima del termine di cottura, preparate la farcitura: versate la panna, ben fredda, in una ciotola, anch'essa ben fredda); unite lo zucchero a velo e l'essenza di vaniglia, e montate a neve ben ferma. • **Prelevate** un terzo della panna montata e incorporate al resto il ribes sgranato (tenendone da parte un po' per la decorazione). Sistemate un disco di meringa su un vassoio e copritelo con metà della panna al ribes. Continuate con un secondo disco e farcite con la panna al ribes rimasta.
• **Coprite** con il terzo disco e completate con la panna montata bianca rimasta, spalmandola bene anche sui lati del dolce. • **Decorate** sui lati con gli alberelli di Natale, mettete in freezer e lasciate rassodare per almeno 1 ora. Levate, guarnite con il ribes tenuto da parte, qualche chicco di melagrana e le meringhette piccole, portate in tavola e servite.

Charlotte alla panna cotta meringhe e kiwi

Ingredienti per circa 4 persone
2 dl di **latte** • 3 dl di **panna fresca**
3 **fogli di gelatina** • 80 g di **zucchero**
Vi servono inoltre: 3 **kiwi**
20 **meringhe piccole**

Preparazione
• **Preparate** la base: fate ammollare la gelatina in acqua fredda. Scaldate il latte con lo zucchero finché quest'ultimo si sarà sciolto completamente.
• **Togliete** dal fuoco, aggiungete la gelatina, ben strizzata, amalgamate e lasciate raffreddare. Montate la panna e incorporatela lentamente al composto: al termine, dovrete ottenere una sorta di crema. • **Foderate** una teglia da 15 cm di diametro con un foglio di pellicola trasparente, riempite con la crema, mettete in frigorifero e lasciate raffreddare per 4-5 ore. • **Sfornate** la base della charlotte su un piatto da portata, guarnitela con i kiwi, tagliati a fette e poi a spicchi, completate con le meringhe piccole tutt'intorno e servite.

TRADIZIONE e DINTORNI

Dal panettone furbo (in versione superfacile) al salame di cioccolato, ai tipici tartufini e biscottini regionali. Nove dolci golosità, immancabili sulle tavole delle Feste

9 dolci tradizioni

Panettone superfacile

Ingredienti per 12 persone:
1 kg di **manitoba** • 650 ml di **latte**
70 g di **burro** • 80 g di **miele**
55 g di **lievito di birra**
600 g di **zucchero**
575 g di **uvetta già ammollata nel rum**
375 g di **canditi**
Vi servono inoltre: **burro** • **farina**
latte • **zucchero**

Preparazione
• **Sciogliete** il lievito nel latte tiepido; unitevi la manitoba, il burro, il miele e lo zucchero, e impastate energicamente fino a ottenere un composto liscio e omogeneo. • **Incorporatevi** l'uvetta, ben strizzata, e i canditi, e amalgamate bene. • **Trasferite** l'impasto in una ciotola, coprite con pellicola trasparente e fate riposare per almeno 2 ore. Trascorso il tempo, sistemate l'impasto nell'apposito stampo per panettone, leggermente imburrato e infarinato, e lasciate lievitare in un luogo tiepido per circa 1 ora e mezza. • **Spennellate** quindi la superficie del panettone con un pochino di latte zuccherato e infornate in forno già caldo a 200 °C. • **Fate cuocere** per circa 50 minuti, quindi levate, lasciate raffreddare e servite.

Dessert speedy

Tagliate la calotta del panettone, scavatelo con l'aiuto di un coltello e farcitelo con crema pasticciera e scaglie di cioccolato, alternando la farcia al panettone estratto, sbriciolato.

0,10€ al pezzo

Tartufi al cioccolato

Ingredienti per circa 50 tartufi
600 g di **cioccolato fondente**
300 ml di **panna fresca**
60 g di **burro** • 1 **arancia**
codette di cioccolato
granella di pistacchi
cacao amaro in polvere
cannella in polvere
granella di mandorle

Preparazione
• **Raccogliete** in un pentolino la panna, mettete sul fuoco e fate scaldare su fiamma dolce; una volta arrivata a bollore, togliete dal fuoco e unite il cioccolato fondente, tritato. • **Trasferite** il pentolino in un'altra casseruola con acqua in ebollizione e, mescolando, fate sciogliere il cioccolato fino a ottenere un composto omogeneo. • **Unite** il burro e la scorza grattugiata dell'arancia, e amalgamate. • **Spegnete**, trasferite il composto in una terrina e lasciate raffreddare. • **Coprite** con la pellicola trasparente e fate rassodare in frigorifero per 3-4 ore. • **Realizzate** quindi con il composto tante palline della grandezza di una noce. • **Disponete** le codette di cioccolato, la granella di pistacchi e di mandorle, il cacao e la cannella in cinque piatti differenti. • **Passate** le palline nelle diverse panature, disponetele nei pirottini di carta e servite.

Torrone al cioccolato

Ingredienti per 4 persone
300 g di **cioccolato fondente tritato**
150 g di **zucchero**
150 g di **nocciole sgusciate**
4 **albumi** • 150 g di **miele di acacia**
30 **ostie da pasticceria** • **sale**

Preparazione
• **Preparate** sul fuoco uno sciroppo con metà dello zucchero e 5 cucchiai di acqua. Unite il cioccolato tritato e lasciatelo sciogliere dolcemente, sempre mescolando. Spegnete e incorporate gli albumi, montati a neve ben ferma con un pizzico di sale. • **Fate caramellare** il miele su fiamma dolce. Caramellate lo zucchero rimasto con poca acqua e unitelo al miele, insieme alle nocciole. Unite quindi i due composti e amalgamate bene. Sistemate la metà delle ostie su una teglia con carta forno. • **Versatevi** sopra il composto al cioccolato, a 1,5 cm di spessore, e livellate bene la superficie. • **Ricoprite** con le ostie restanti e fate rapprendere. Tagliate il torrone a quadrotti, fate raffreddare in frigo per 1 notte e servite.

Stupite tutti con 2€

Tips & Tricks
Per capire se il miele è caramellato, versatene una goccia in un bicchiere con acqua fredda, si cristallizzerà immediatamente.

Salame ▲ di cioccolato

Ingredienti per 4-6 persone
350 g di **biscotti secchi**
250 g di **burro**
200 g di **zucchero**
80 g di **nocciole tostate**
4 **tuorli** • **cacao amaro in polvere**

Preparazione
• **Spezzettate** grossolanamente i biscotti e tritate le nocciole. Montate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere una consistenza spumosa. • **Aggiungete** il burro fuso, tiepido, e lavorate ancora per qualche secondo. Incorporate quindi 4 cucchiai di cacao setacciato, i biscotti e le nocciole. Amalgamate bene, quindi date al composto la forma di un salame. • **Avvolgetelo** ben stretto con un foglio di carta di alluminio e fate raffreddare in frigo per almeno 3-4 ore. Trascorso il tempo, eliminate la carta, passate il salame nel cacao amaro, tagliate a fette e servite.

Semifreddo tiramisù

Ingredienti per 4-6 persone
250 g di **pan di Spagna al cacao**
Per il semifreddo: 250 g di **pâte à bombe** • 250 g di **panna fresca semimontata** • 250 g di **mascarpone a temperatura ambiente** • **rum scuro**
Per la gelatina al caffè: 300 g di **caffè espresso** • 10 g di **gelatina**
100 g di **zucchero**
Vi servono inoltre: **fragole** • **chicchi di caffè** • **panna fresca montata cioccolato fondente**

Preparazione
• **Per il semifreddo**: mescolate la pâte à bombe con il mascarpone e 1 cucchiaio di rum, quindi incorporate la panna semimontata. • **Foderate** uno stampo a piramide tronca allungata, lungo 22 cm, con un foglio di pellicola trasparente. • **Ricavate** dal pan di Spagna due rettangoli lunghi come lo stampo, ma di larghezza diversa: uno servirà per la base del semifreddo, l'altro come strato centrale (per le dimensioni regolatevi con quelle dello stampo). • **Versate** una parte del composto semifreddo nello stampo, sistemate il rettangolo di biscuit più piccolo, continuate con il composto semifreddo rimasto e terminate con il rettangolo di biscuit più grande. • **Mettete** in freezer per una notte. Per la gelatina al caffè: scaldate il caffè con lo zucchero e incorporate la gelatina, ben strizzata. Sformate il semifreddo, ricopritelo con la gelatina preparata e rimettete in freezer. • **Levate** e guarnite con fragole, riccioli di cioccolato, ciuffi di panna montata e chicchi di caffè.

Très chic

Pâte à bombe

Preparate sul fuoco uno sciroppo con **0,9 dl di acqua** e **325 g di zucchero**. Montate **250 g di tuorli** con **un pizzico di vaniglia**. Spegnete lo sciroppo e versatelo a filo sui tuorli, sempre continuando a montare fino a raffreddamento.

L'utensile furbo
Stampo a piamide tronca.

Amaretti morbidi

Ingredienti per 8 persone
350 g di **mandorle dolci già pelate**
50 g di **mandorle amare**
400 g di **zucchero** • 4 **albumi**
zucchero a velo

Preparazione
• **Tritate** in un cutter le mandorle dolci e quelle amare. Unite lo zucchero e proseguite a frullare, fino a ridurle in polvere. • **Trasferite** la farina ottenuta in una ciotola e fate raffreddare in frigorifero. • **Unite** quindi gli albumi, poco alla volta, e iniziate a impastare fino a ottenere un composto omogeneo. • **Trasferite** quindi l'impasto su un piano di lavoro, spolverizzato con lo zucchero a velo, e lavorate ancora per qualche minuto. Formate tanti filoncini e, con l'aiuto di un coltello, ricavate tanti gnocchetti. • **Passateli** nello zucchero a velo e realizzate delle piccole sfere della grandezza di una noce. • **Disponetele** su una teglia, rivestita con carta forno, infornate a 240 °C e fate cuocere per 4-5 minuti. • **Sfornate**, lasciate raffreddare e servite.

Tips & Tricks
Servite i biscottini con un tè aromatizzato all'anice.

cotti in 5 minuti

Biscotti ▲ decorati

Ingredienti per 8 persone
350 g di **farina** • 150 g di **burro**
4 **tuorli** • 150 g di **zucchero**

Preparazione
• **Raccogliete** in una ciotola o in una planetaria la farina, il burro, i tuorli e lo zucchero. Amalgamate bene fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. • **Formate** una palla, avvolgetela con pellicola trasparente e trasferite in frigo per almeno un'ora. Trascorso il tempo, stendete l'impasto a uno spessore di circa 1/2 cm. • **Ricavate** quindi, con l'aiuto di un coppapasta rotondo, tanti dischetti e premete sulla superficie di ciascun biscotto il fondo di un bicchiere o di una ciotola decorati. • **Trasferite** i biscotti in una teglia, rivestita con carta forno, e infornate a 180 °C per 15 minuti. Trascorso il tempo di cottura, levate e lasciate raffreddare su una griglia per dolci. Portate in tavola e servite.

L'utensile furbo

Bicchiere in vetro, utile anche per guarnire i biscotti.

Ikea

Tartellette ▾ uvetta e pinoli al profumo di arancia

Ingredienti per 6 persone
150 g di **farina** • 1 cucchiaio di **zucchero**
2 cucchiai di **olio di semi di girasole**
Per il ripieno: 2 **arance**
150 g di **zucchero** • 100 g di **uvetta**
100 g di **pinoli** • 80 g di **mirtilli secchi**
50 ml di **succo di mele** • **zucchero a velo**

Preparazione
• **Pelate** al vivo le arance e tagliate la polpa a cubetti. Raccoglieteli in una padella con l'uvetta, già ammollata in acqua fredda e ben strizzata, i pinoli e i mirtilli. • **Bagnate** con il succo di mele e fate cuocere, su fiamma dolce, per 6-7 minuti. • **Spegnete** e tenete da parte.
• **Lavorate** in un robot da cucina la farina, lo zucchero e l'olio con un goccino di acqua fredda, fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo. • **Stendetelo** con un matterello e, con l'aiuto di un bicchiere o di un coppapasta, ricavate tanti dischetti.
• **Sistemateli** in una teglia per muffin, quindi stendete l'impasto restante e con un tagliabiscotti ricavate tante stelline.
• **Farcite** i dischetti di impasto con il ripieno preparato, mettete al centro di ogni tortina 1 stellina e infornate a 180 °C per 25 minuti. • **Sfornate**, spolverizzate con lo zucchero a velo e servite.

0,10€ a porzione

Stupite tutti con 5€

Profiterol nel cestino croccante

Ingredienti per 24 bignè
400 g di **crema pasticciera**
Per la glassa al latte:
250 g di **cioccolato al latte**
75 g di **olio di semi**
75 g di **granella di nocciola**
Per la glassa al fondente:
125 g di **panna fresca**
25 g di **glucosio**
125 g di **copertura fondente 66%**
Per il croccante: 250 g di **zucchero**
200 g di **sciroppo di glucosio**
50 g di **mandorle a filetti**
50 g di **arachidi salate tritate**
50 g di **pistacchi tritati**
Vi serve inoltre: **panna montata**

Preparazione
• **Per la glassa al latte**: fate fondere il cioccolato a bagnomaria, quindi unite a filo l'olio di semi e mixate per 2-3 minuti. Aggiungete la granella di nocciola e mescolate. • **Per la glassa al fondente**: fate fondere la copertura a 50 °C. Trasferitela nel bicchiere di un mixer a immersione, versate la panna, scaldata con il glucosio, ed emulsionate. • **Per il croccante**: fate cuocere lo zucchero e il glucosio a 160 °C, quindi aggiungete la frutta secca, tostata e calda, e mescolate energicamente. Versate su un tappetino in silicone e fate raffreddare. Appena si sarà raffreddato, tritate con un mixer da cucina e realizzate un sottile strato di granella all'interno di un anello di acciaio. Infornate a 180 °C e fate cuocere per 2-3 minuti. • **Sfornate**, adagiate sopra una coppetta capovolta e fate raffreddare. • **Raccogliete** la crema pasticciera in un sac à poche con bocchetta molto piccola e farcite ogni singolo bignè dalla base. Poggiateli su una griglia e poi glassateli con le due glasse. • **Sformate** il cestino croccante, sistemate i bignè glassati, guarnite il profiterol con un ciuffo di panna montata e servite.

Fate la calza!
Divertitevi a preparare in casa i dolci per la calza della Befana, ma occhio… non fatevi scoprire dai piccoli di casa!
Carbone di zucchero
Per i più birichini
4 ghiottonerie
W LA BEFANA

Carbone di zucchero

Ingredienti per 6-8 persone
750 g di **zucchero semolato**
Per la glassa reale:
100 g di **zucchero a velo**
colorante alimentare nero
1/2 **albume**

Preparazione
• **Preparate** la glassa reale: raccogliete in una ciotola lo zucchero a velo con l'albume e qualche goccia di colorante alimentare, e mescolate bene fino a ottenere una glassa fluida.
• **Versate** 150 ml di acqua in un pentolino dal fondo spesso. Unite lo zucchero semolato e fate cuocere sul fuoco fino alla temperatura di 130 °C.
• **Levate** dal fuoco, aggiungete un cucchiaino di glassa reale e mescolate velocemente con un cucchiaio di legno. Quando il composto inizierà a gonfiarsi, versate tutto in una ciotola, rivestita con un foglio di carta di alluminio, e lasciate solidificare completamente. • **Sformate** quindi il carbone e tagliatelo in pezzi della dimensione desiderata.

Occhio alla reazione!
Il composto di zucchero, una volta entrato in contatto con il foglio di carta di alluminio, sembrerà lievitare per la reazione al freddo. Aspettate fino a quando non diminuirà di volume e lasciate solidificare, quindi tagliatelo a pezzi.

Pupazzo Olaf

Ingredienti per 6-8 persone
500 g di **pasta di zucchero bianca**
coloranti alimentari in polvere o gel

Preparazione
• **Dividete** 200 g di pasta di zucchero in quattro ciotoline e colorate una parte con il colorante nero, una con quello marrone, una con quello arancione e l'ultima con quello azzurro. • **Realizzate** con la pasta di zucchero bianca rimasta due palline di uguali dimensioni, una più piccola e due ancora più piccole. • **Allungate** una delle due palline più grandi, quindi appiattite la parte superiore e modellatela con le mani. Fate tre buchi: due per gli occhi e uno per il naso. • **Segnate** la bocca scavando leggermente l'interno. Realizzate occhi, naso, bocca e denti con la pasta di zucchero bianca e colorata. Inserite la pasta di zucchero nera nella bocca e completate con occhi, naso e denti. • **Ultimate** il pupazzo aiutandovi con un appoggio in polistirolo e uno stecchino. Infilate una pallina piccola, che sarà il piedino, e poi le palline del corpo, non proprio centrate. Fate le braccia utilizzando un filo apposito per i fiori di zucchero (in alternativa, due stecchini o uno spaghetto), ricoprite di pasta di zucchero marrone e fate due piccoli rametti. • **Mettete** infine la testa piegata da una parte. Sempre con la pasta marrone realizzate il ciuffetto e mettetelo in testa. Fate infine i bottoni neri e lasciate rapprendere completamente.

Per i più buoni

Lo sapevate che?
Questo simpatico dolcetto è ispirato al film di animazione *Frozen*.

Gelatine di mele cotogne

Ingredienti per 40-50 gelatine
2 kg di **mele cotogne**
3 **limoni** • **zucchero**

Preparazione
• **Sbucciate** le mele, eliminate il torsolo e tagliatele a pezzetti.
• **Metteteli** in una pentola con il fondo spesso, aggiungete i limoni, lavati e tagliati a pezzetti, e 700 ml di acqua, e fate cuocere per mezz'ora. • **Raccogliete** la buccia, i semi e i torsoli delle mele in una garza alimentare, chiudete e fate bollire insieme alla polpa del frutto.
• **Scolate** la frutta e frullatela bene nel bicchiere del mixer. Pesate la purea di frutta e aggiungete la stessa quantità di zucchero.
• **Spremete** per bene la garza e raccogliete il succo ricavato in una pentola, aggiungete la purea di frutta con lo zucchero, ponete sul fuoco a fiamma bassa e fate cuocere, finché la marmellata si sarà addensata.
• **Foderate** una teglia con carta forno, versate il composto, stendetelo uniformemente con una spatola e trasferite in frigo per 2 giorni.
• **Tagliate** a cubetti, spolverizzate con un po' di zucchero e sistemate nei pirottini di carta.

0,10€ a porzione

Galette des rois ▲

Ingredienti per 6 persone
2 **rotoli di pasta sfoglia** da 250 g l'uno
2 **uova** • 100 g di **burro**
100 g di **zucchero a velo**
100 g di **farina di mandorle**
1 cucchiaino di **amido di mais**
125 g di **crema pasticciera**

Preparazione
• **Lavorate** il burro con lo zucchero a velo. Aggiungete la farina di mandorle e l'amido, incorporate le uova, e lavorate bene fino a ottenere un composto cremoso e omogeneo. • **Unite** quindi la crema pasticciera e mescolate ancora.
• **Rivestite** con un rotolo di sfoglia una teglia da 24 cm di diametro. Farcite con il ripieno preparato e sigillate con la sfoglia rimanente. • **Praticate** delle incisioni con un coltello (le incisioni serviranno a evitare che la torta si gonfi troppo in cottura), e infornate a 200 °C per circa 25 minuti. Sfornate e servite.

Torta a sorpresa

La galette des rois è un dolce tipico francese. Preparato per l'Epifania, racchiude all'interno un piccolo cadeau (in argento o porcellana) che renderà re per un giorno il fortunato che lo troverà.

Tutto l'utile e il dilettevole
che vi aspetta sugli scaffali

Mini Shortbread Alberelli sono i frollini di **Walkers**, in confezione regalo, perfetti per golose merende natalizie. **€5,29**.

Crema di pistacchio **Pistì**, preparata con almeno il 45% di pistacchi e olio extravergine di oliva. Vasetto Vetro "Premium" da 200 g. **€5,00**.

Bella Vita probiotico con -30% di zucchero di Latteria Merano. Disponibile in 7 gusti diversi. 200 ml. **€0,85**.

DolceAgro alla Melagrana Ponti è il risultato dell'incontro tra l'aceto di vino rosso Ponti e il profumato succo di melagrana. 500 ml. **€2,79**.

Tortellini di carne di **Koch** surgelati, preparati con ingredienti di alta qualità. 500 g. **€2,50**.

Salmone Norvegese della pregiata varietà **Fetta Lunga Kv Nordic Boutique**: una nuova confezione, l'alta qualità di sempre. Distribuito da **Eurofood**. 70 g. **€5,70**.

DAL CUORE DELLE ALPI UN NUOVO COUS COUS TUTTO DA PROVARE

Si chiama **Cous Cous 100% Saraceno**, ed è il nuovo prodotto di **Molino Filippini**. Segni particolari? È realizzato solo con Grano saraceno, è senza glutine, è ricco di proprietà nutritive, è veloce da cucinare (solo 5 minuti), ed è una fonte di fibre, minerali e vitamine.

FACILE CUCINA

VOTA LA COVER, INVIA LA RICETTA

Scegliete la copertina che più vi è piaciuta e mandateci le foto delle ricette che avete realizzato dalla rivista: pubblicheremo le migliori!

NOI PER VOI...

Ghirlanda di frollini, torrette di melanzane o polpettone ripieno? Diteci tra le proposte di **copertina** di *Facile Cucina*, quale vi è piaciuta di più! E diteci anche se, nei prossimi numeri, vorreste trovare ricette particolari…

L'inserto nel **formato rivista,** più grande e leggibile!

...VOI PER NOI!

Ma non fermatevi qui. Indicateci le vostre preferenze tra **tutte le ricette** che avete trovato su *Facile Cucina*. Se poi le avete realizzate, mandateci le foto: le pubblicheremo.

Le migliori, per riuscita e presentazione, riceveranno un libro di ricette in omaggio!

PIÙ FACILE DI COSÌ!

SCRIVETE A:

facilecucina@alice.tv

La ricetta scelta questo mese è di @giulietta

"Buonasera, invio foto del polpettone in copertina della rivista di ottobre 2019. Bello quanto buono! Ne faccio spesso di vostre ricette, ma questa è stata un vero successo!".
@giulietta

"Carissima Giulietta, siamo felici di saperti nostra affezionata lettrice e, ancor più, della perfetta riuscita del tuo polpettone 'bello quanto buono'. Grazie per averci reso parteci della tua passione... attendiamo aggiornamenti sulle tue nuove creazioni!".
Giulia Macrì - Vicedirettore Facile Cucina

IL CANALE (221 DTT) DELLE MERAVIGLIE.
Ricette, tecniche di cucina, scuole di pasticceria e tante idee per la tavola di tutti i giorni e per le occasioni speciali

L'ACCADEMIA DI ALICE

novità esclusiva

ALTA CUCINA A PORTATA DI FORNELLO

5 tra i migliori top-chef d'Italia, con i loro piatti iconici e ricette di tradizione reinterpretate, sono i protagonisti del nuovo programma **L'Accademia di Alice**: mezz'ora in compagnia di un grande maestro, che prepara in tempo reale uno dei suoi piatti più rappresentativi, e svela i segreti della cucina professionale. Iside De Cesare, Luigi Pomata, Luca Marchini, Andrea Ribaldone e Antonio Paolino, il pokerissimo di questa prima serie. Conduce Michela Coppa.

- **L'Accademia di Alice, tutti i giorni alle 21.45**

CASA ALICE

CASA DOLCE CASA

Il format storico del canale, animato dal savoir faire di **Franca Rizzi**, accoglie cuochi amatoriali, ospiti dello spettacolo, giornalisti, appassionati di cucina e food blogger, insomma tanti amici, compresi alcuni dei contributors della rivista *Alice Cucina*, per portare in tavola tutta l'allegria e il gusto per la buona cucina del mondo di Alice. Uno spazio dedicato alla sua community, che ogni settimana ospita eventi e iniziative dedicate al cibo, alla cucina e alle tradizioni eno-gastronomiche italiane.

- **Casa Alice, tutti i giorni alle 18.35**

LA DISPENSA DI ALICE

TV, MAGAZINE E ONLINE

Lo chef **Gabriele Cordaro**, con la conduzione di **Valentina Arrigo**, prepara in studio le sue ricette utilizzando come ingredienti le eccellenze gastronomiche italiane. Per riceverle direttamente a casa basta ordinarle online sul sito **dispensadialice.it**

- **La dispensa di Alice, tutti i giorni alle 19.45**

CUOCHI E DINTORNI

TALENTI E GIOVANI PROMESSE

Condotto da **Francesca Romana Barberini**: è il programma per cuochi, pasticcieri, panificatori, pizzaioli, ma anche per nuovi mestieri del fare cucina. Per candidarsi, scrivere a cuochi@alice.it

- **Cuochi e Dintorni, tutti i giorni alle 17.25**

CASA ALICE

Casa Alice
Tutti i giorni alle 18.35

Volto noto di Alice, Giulia Steffanina prepara due ghiotti dessert a base di riso e ingredienti di stagione

Giulia Steffanina e Franca Rizzi

IN TV CANALE ALICE 221 DTT

Tortine di riso ▲ e cacao con salsa all'arancia

Ingredienti per 6 persone
125 g di **riso carnaroli** • 450 ml di **latte di riso** • 100 g di **zucchero** • 2 **uova**
1 **arancia** • 50 g di **cacao amaro in polvere** • 1 pizzico di **sale** • **burro**
farina di riso • **zucchero a velo**
scorza di arancia
Per la salsa all'arancia: 125 g di **latte di riso** • 2 **tuorli** • 70 g di **zucchero**
la scorza di 1 **arancia grattugiata**

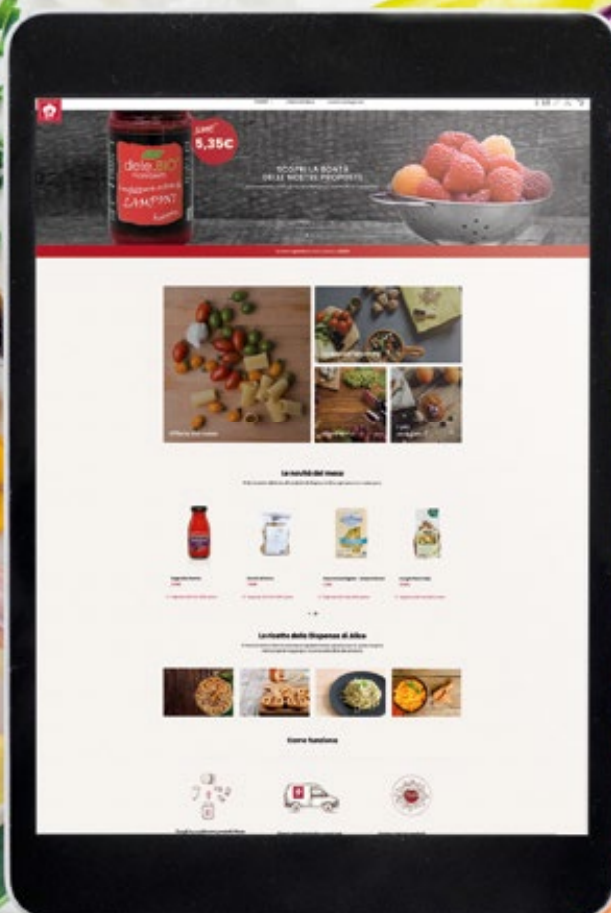
Preparazione
• **Per la salsa:** montate i tuorli con lo zucchero, unite a filo il latte precedentemente scaldato sul fuoco, e la scorza dell'arancia, e fate cuocere in un pentolino, a bagnomaria, fino alla temperatura di 82 °C. Levate, trasferite in una ciotola con acqua e ghiaccio, e fate raffreddare. Filtrate e trasferite in frigo. • **Preparate le tortine**: versate in un pentolino il riso, 400 ml di latte e 50 g di zucchero. • **Mettete** sul fuoco e portate a bollore; abbassate la fiamma e fate cuocere per 20 minuti, mescolando di tanto in tanto, fino a quando il riso avrà assorbito tutto il liquido. • **Spegnete**, unite un pizzico di sale e profumate con la scorza dell'arancia grattugiata. Preparate a parte una pastella con il latte restante e il cacao, e incorporate gli albumi, montati a neve ben ferma con lo zucchero restante. • **Unite** i due composti preparati, versate tutto in 6 stampini per tartellette, imburrate e infarinate, e fate cuocere in forno a 180 °C per circa 20 minuti. • **Sfornate** le tortine, fatele raffreddare e sformate. • **Disponete** le tortine nei piattini da dessert, spolverizzate con un po' di zucchero a velo; guarnite con la salsa e qualche scorzetta di arancia a julienne e servite.

Risolatte con castagne ▼

Ingredienti per 6 persone
200 g di **riso arborio** • 70 g di **zucchero**
1/2 stecca di **vaniglia** • 1 l di **latte** • **sale**
4 gocce di **essenza di violetta**
Per le castagne caramellate:
200 g di **castagne già lessate**
250 ml di **acqua** • 150 g di **zucchero**
Per la decorazione: **fiori eduli**
cacao amaro in polvere

Preparazione
• **Versate** il latte in un pentolino, aggiungete un pizzico di sale, la stecca di vaniglia, incisa nel senso della lunghezza, e lo zucchero. • **Mettete** sul fuoco e portate a bollore, mescolando di tanto in tanto. Unite quindi il riso e fate cuocere finché non avrà assorbito quasi tutto il liquido. • **Spegnete** e fate raffreddare, mescolando di tanto in tanto, per evitare che il riso si attacchi. Aggiungete infine l'essenza di violetta e tenete da parte. • **Per le castagne caramellate**: versate l'acqua in una casseruola. Unite lo zucchero e le castagne, e portate a bollore su fuoco medio. • **Abbassate** quindi la fiamma e proseguite la cottura fino a ottenere uno sciroppo denso. Spegnete, scolate le castagne caramellate e fatele raffreddare su una gratella. • **Distribuite** il riso nelle cocotte, unite le castagne caramellate e spolverizzate con un po' di cacao. • **Guarnite** con i fiori eduli e servite.

Appassionati di cucina, cuochi per diletto, food blogger... Volete preparare, insieme a **Franca Rizzi**, ricette facili in tv? Per partecipare alle nuove puntate di **Casa Alice** ed essere pubblicati sulla rivista scrivete a: **casa@alice.tv** oppure telefonate al numero **06 89676059**

I.P.

La dispensa di Alice
Tutti i giorni alle 19.45

IN TV
CANALE ALICE
221
DTT

Gabriele Cordaro e Valentina Arrigo

La DISPENSA di ALICE

Ovvero le eccellenze gastronomiche italiane a portata di click. Basta ordinarle online sul sito **dispensadialice.it** per riceverle direttamente a casa. E per trasformarle in autentiche esperienze di gusto? Seguite i consigli dello chef Gabriele Cordaro, nella pagine di *Facile Cucina* e nel programma televisivo *La dispensa di Alice*

ORO
Olio extravergine di oliva aromatizzato allo zafferano.
Il tempio dell'oro

ALICI DEL MAR CANTABRICO
Alici grigliate conservate in olio extravergine di oliva. **Isola d'oro**.

SALSA DEL TARTUFAIO
Savini Tartufi
Produzione esclusiva
Rosciolino

CORBARÌ
Pomodorino di Corbara dei monti lattari
I sapori di Corbara

MIELE DI ROBINIA
1 kg
Il vecchio Castagno

ORDINALI ONLINE SU DISPENSADIALICE.IT

Cecina allo zafferano pancetta e cavolo nero

Ingredienti per 4 persone
Per la cecina: 180 g di **farina di ceci** 600 ml di **acqua** • 80 ml di **olio allo zafferano** • **sale**
Per il condimento: 16 fette di **pancetta** 1 cespo di **cavolo nero** **olio allo zafferano** • **sale e pepe**
Per la guarnizione: **fiori essiccati di zafferano**

Preparazione
• **Versate** In una terrina la farina di ceci e fate la classica fontana. Unite al centro l'olio allo zafferano, versate l'acqua, poco alla volta, e amalgamate con cura per evitare la formazione di grumi. • **Aggiungete** un cucchiaio raso di sale, mescolate ancora per qualche minuto e lasciate riposare per una mezz'ora. Lavate nel frattempo il cavolo nero ed eliminate le foglie esterne più dure. Fatelo asciugare su un canovaccio e tagliatelo a listerelle. • **Scaldate** un filo di olio allo zafferano in una padella, unite le listerelle di cavolo nero e un pizzico di sale e pepe, e fatele insaporire. Spegnete e tenete da parte. Trascorso il tempo di riposo, riprendete il composto di ceci. • **Fate scaldare** per bene una padella antiaderente con un filo di olio allo zafferano, versate un mestolo abbondante di composto e fate cuocere per qualche minuto, quindi girate la cecina e portate a cottura. • **Levate** e procedete in questo modo fino a esaurimento del composto. Spegnete e impiattate. • **Guarnite** la cecina con le listerelle di cavolo nero saltate in padella, condite con le fette di pancetta e guarnite con un filo di olio allo zafferano e i fiori essiccati.

Filetto in crosta ▾ con salsa tartufata

Ingredienti per 4 persone
8 filetti di manzo da 100 g • 4 cucchiai di **salsa tartufata** • 250 g di **pasta sfoglia**
50 g di **funghi** • 1 cespo di **indivia**
2 **tuorli** • 1 spicchio di **aglio**
olio extravergine di oliva • **sale** • 1 **uovo**

Preparazione
• **Mondate** i funghi, tagliateli a dadini e fateli trifolare in una padella con un filo di olio e lo spicchio di aglio. **Unite** i filetti di manzo e fateli rosolare da entrambi i lati. Spegnete e velate la carne con la salsa tartufata. • **Stendete** la pasta sfoglia e bucherellatela con i rebbi di una forchetta.
• **Disponeteci** sopra i filetti e avvolgeteli con la sfoglia, eliminando quella in eccesso.
• **Spennellateli** con l'uovo, leggermente sbattuto, e infornate a 200 °C per circa 10 minuti. • **Sfornate** e servite con un'insalatina di indivia, tagliata a julienne e condita con un filo di olio e un pizzico di sale, e con i funghi trifolati. Servite.

Il prodotto
Salsa del tartufaio

Il prodotto
Alici del mar Cantabrico

Tagliolini alle alici del Cantabrico con crema di ricotta alla mediterranea

Ingredienti per 4 persone
6 **filetti di alici del mar Cantabrico**
500 g di **tagliolini**
50 g di **olive nere** • 20 g di **pinoli**
1 ciuffo di **basilico**
250 g di **ricotta** • 8 **pomodori semi-secchi sott'olio** • **sale**

Preparazione
• **Preparate** la crema di ricotta alla mediterranea: reidratate i pomodori secchi in un po' di acqua tiepida, strizzateli per bene e fateli a listerelle.
• **Raccoglieteli** nel bicchiere di un mixer con la ricotta, ben scolata dal siero, le olive nere snocciolate e i pinoli. • **Aggiungete** 5 filetti di alici a pezzetti, profumate con un po' di basilico spezzettato, e frullate bene fino a ottenere una crema omogenea.
• **Lessate** i tagliolini in abbondante acqua bollente e leggermente salata.
• **Scolateli** per bene e raccoglieteli in una boule con la crema di ricotta. Impiattate a nido, guarnite con il filetto di alice restante e servite.

Filetto di orata in guazzetto di pomodoro corbarino

Ingredienti per 4 persone
4 **filetti di orata** da 100 g • 500 g di **pomodori corbarino** • 1 **patata** • 1 **porro** • 1 **limone**
1 **mandarino** • 30 g di **capperi** • 40 g di **olive nere** • 6 foglie di **basilico** • **olio extravergine di oliva** • **sale**

Preparazione
• **Sbucciate** la patata e fatela a dadini. Scaldate un filo di olio in una padella, unite il porro, mondato e tagliato a julienne, e fatelo appassire. • **Aggiungete** quindi i dadini di patata, versate metà pomodori corbarino e schiacciateli con un cucchiaio di legno. Unite le olive a pezzetti e i capperi, e regolate di sale. • **Tagliate** a striscioline i filetti di orata e aggiungeteli nella padella con il pomodoro.
• **Coprite** con il pomodoro restante, profumate con il basilico e portate a cottura.
• **Spegnete**, impiattate e profumate con la scorza grattugiata degli agrumi.

Mousse di ricotta al miele su sbriciolato alla nocciola

Ingredienti per 4 persone
Per la mousse: 500 g di **ricotta vaccina**
40 g di **miele di Robinia**
300 g di **panna montata**
Per il biscotto: 280 g di **farina 00**
140 g di **farina di nocciole** • 60 g di **zucchero a velo** • 75 g di **olio extravergine di oliva**
Vi serve inoltre: **miele di Robinia**

Preparazione
• **Preparate il biscotto**: raccogliete in un robot da cucina le farine, miscelate insieme, lo zucchero a velo e l'olio. Lavorate bene fino a ottenere un composto ben amalgamato. • **Stendete** il composto di biscotto su una teglia con carta forno e infornate in forno a 165 °C per circa 8 minuti. Sfornate e tenete da parte. • **Per la mousse di ricotta**: raccogliete in una ciotola la ricotta, ben scolata dal siero. Incorporate delicatamente la panna montata e il miele, e fate raffreddare in frigo. • **Disponete** sul fondo di coppette individuali il biscotto sbriciolato. Trasferite il composto di ricotta e panna montata in un sac à poche e fate tanti ciuffetti di crema sul biscotto. • **Irrorate** con il miele e servite.

CUOCHI e DINTORNI

Chef e professionisti del settore preparano in tv, insieme a Francesca Romana Barberini, prelibati piatti di pesce

Cuochi e dintorni
Dal lunedì al venerdì alle 17.25

IN TV
CANALE ALICE
221
DTT

Tartare ▲ di ricciola su gazpacho di arance e lamponi

Chef Benedetto Esposito

Ingredienti per 4 persone
4 **filetti di ricciola**
60 g di **lamponi** • 1 **arancia**
150 g di **pomodori datterini rossi e gialli** • 2 cucchiai di **aceto balsamico** • 1 **limone non trattato**
olio extravergine di oliva
sale e pepe • **germogli**

Preparazione

• **Per il gazpacho**: sbucciate l'arancia, pelatela al vivo e fatela a spicchi. Sciacquate i pomodorini, tagliateli a metà, privateli dei semi e dell'acqua di vegetazione, e raccoglieteli nel bicchiere del mixer con gli spicchi di arance. • **Unite** i lamponi, 1 cucchiaio e 1/2 di aceto balsamico e un filo generoso di olio. • **Aggiustate** di sale e di pepe, profumate con il basilico spezzettato e frullate bene fino a ottenere un composto fluido. • **Passate** il gazpacho a un colino a maglie strette, e tenete da parte. Sciacquate i filetti di ricciola, spellateli e diliscateli. Fateli a striscioline e quindi a pezzetti. • **Raccoglieteli** in una ciotola con un filo di olio, la scorza grattugiata del limone, e un pizzico di sale e di pepe, e lasciate riposare in frigo per circa 10 minuti. Trascorso il tempo, impiattate la tartare, guarnite con i germogli e servite con, a parte, 1 cucchiaio di gazpacho di arance e lamponi.

• **WHITE CHILL OUT**
Chef Benedetto Esposito
Via Giacomo Matteotti 48, Pozzuoli (Na) - tel. 327 4421625
www.whitechillout.it

PER PARTECIPARE

Sei un **cuoco**, **pizzaiolo**, **panettiere**, **pasticciere**? **Cuochi e dintorni** ti aspetta! Per partecipare al programma ed essere pubblicati sulla rivista, inviateci le vostre **ricette facili** collegandovi al link **www.alice.tv/cuochiedintorni** oppure scrivete a **cuochi@alice.tv** o telefonate al numero **06 89676028**

Cuore di merluzzo con cavolo nero e patate viola

Chef Gianfrancesco Capogrossi

Ingredienti per 4 persone
4 **filetti di merluzzo con la pelle** da 125 g l'uno • 200 g di **cime di cavolo nero** • 10 **pomodorini datterini rossi e gialli** • 40 g di **origano** • 6 **patate viola già lessate** • 2 spicchi di **aglio** 1 **cipolla rossa** • **germogli di crescione olio extravergine di oliva** • **sale**

Preparazione
• **Sbucciate** le patate e raccoglietele in una casseruola con 1/4 di cipolla tritata.
• **Unite** un filo di olio e un mestolo di acqua di cottura delle patate e fate stufare fino a quando le patate non si sfalderanno.
• **Spegnete** e frullatele in un mixer fino a ridurle in crema. Trasferite in un sac à poche e tenete da parte. • **Sbollentate** il cavolo nero, scolatelo e fatele saltare in una padella con un filo di olio e 1 spicchio di aglio. Spegnete e tenete da parte. • **Raccogliete** i pomodorini, lavati, asciugati e tagliati a metà, in un tegame con abbondante olio, 1 spicchio di aglio e l'origano. • **Scaldate** sul fuoco alla temperatura di 70 °C, spegnete e lasciate riposare per una mezz'ora. Scottate i filetti di merluzzo, su tutti e quattro i lati, in una padella antiaderente con un filo di olio. Spegnete, fate asciugare i filetti su un foglio di carta assorbente da cucina e impiattate.
• **Disponete** nei piatti un nido di cavolo nero, aggiungete qualche pomodorino e guarnite con qualche ciuffetto di crema di patate, e i germogli. Servite.

• **IH HOTEL ROMA Z3**
Chef Gianfrancesco Capogrossi
Via Giorgio Perlasca 13/15
Roma
tel. 06 94362800
https://ih-hotels.com/it/i-nostri-aberghi/ih-hotels-roma-z3.html

Oroscopo dicembre-gennaio 2019-2020

ARIETE

21 marzo - 20 aprile

L'impulsività potrebbe essere un elemento da tenere a freno: meglio agire secondo piani precisi.

Amore: date spazio all'affettività, alla tenerezza e alla vicinanza emotiva.

Lavoro: contate sull'autorevolezza del vostro prestigio.

L'anno che verrà: Plutone e Giove per tutto il 2020 vi faranno mirare a mete importanti. Sarà un anno concreto in cui porterete a compimento diverse ambizioni.

Mantra 2020: oserete l'osabile.

Pasteggiate con: ***penne alla marinara e pecorino*** (pag. 40)

TORO

21 aprile-20 maggio

L'appoggio di Venere e poi del Sole vi daranno una grande carica.

Amore: la ferma certezza di avere al fianco chi vi ama con vera passione è un luminoso paradiso!

Lavoro: intuizioni giuste vi aiutano a sbaragliare più di qualche avversario.

L'anno che verrà: vivacità, inventiva e una ferrea costanza saranno le vostre migliori alleate. Periodo pieno di feconde attività.

Mantra 2020: dalla teoria alla pratica.

Pasteggiate con: ***tortelli aromatici ripieni di asiago*** (pag. 35)

GEMELLI

21 maggio-21 giugno

I progetti sono ben delineati, ma non approfittate troppo delle vostre forze fisiche.

Amore: date a chi amate una seconda possibilità di dimostrarvi la sua devozione.

Lavoro: rivendicare nel lavoro maggiore autonomia è tra i suggerimenti delle stelle.

L'anno che verrà: l'intesa a due dovrà forse calibrarsi un po', ma esiste finalmente un "noi" dove prima c'era solo un "io".

Mantra 2020: complice solidarietà.

Pasteggiate con: ***cotechino con sfoglie di grana e sformatino di fagioli*** (pag. 47)

CANCRO

22 giugno-22 luglio

Siete a un punto di svolta: non tiratevi indietro ora.

Amore: il problema potrebbe essere rappresentato da un'ingiustificata gelosia.

Lavoro: occorrerà impegnarsi per portare a termine la marea di impegni assunti.

L'anno che verrà: vi sarà richiesta una linea di comportamento impegnativa, ma ricca di gratificanti conseguenze.

Mantra 2020: vi ispira la saggia razionalità.

Pasteggiate con: ***pagello fragolino in crosta verde*** (pag. 59)

LEONE

23 luglio-22 agosto

Il favore del Sole vi permetterà anche qualche strapazzo.

Amore: il partner vi ha messo al centro del suo mondo.

Lavoro: la vostra amabile generosità nel lavoro vi rende dei beniamini.

L'anno che verrà: attivo e pieno di energie. Il lavoro, la routine appagante e la preparazione professionale la faranno da padrone.

Mantra 2020: una costruttiva quotidianità.

Pasteggiate con: ***linguine alle ostriche e uova di lompo*** (pag. 83)

VERGINE

23 agosto-22 settembre

Fine anno delizioso: progetti nati con la camicia, occasioni fortunate e incontri super.

Amore: incontrarsi e piacersi, amare ed essere riamati all'istante: è realtà!

Lavoro: portate anche nell'ambiente di lavoro la vostra contagiosa gioia di vivere.

L'anno che verrà: non c'è impresa, per quanto difficoltosa e costosa, che non vi annoveri fra i vincitori.

Mantra 2020: compiacimento e gioia.

Pasteggiate con: ***bucatini al ragù di lenticchie*** (pag. 51)

BILANCIA

23 settembre-23 ottobre

Siate più mondani e comunicativi…

Amore: servirà maggior eros e calore nella relazione affettiva.

Lavoro: puntualizzazioni economiche devono essere affrontate con decisione.

L'anno che verrà: sarete il perno portante del gruppo familiare e protagonisti di un fermo decisionismo che qualcuno vorrebbe eludere. Ma la lucidità adamantina è dalla vostra.

Mantra 2020: perno del team familiare.

Pasteggiate con: ***spezzatino di pollo al vino*** (pag. 100)

SCORPIONE

24 ottobre-21 novembre

Marte e Mercurio vi mettono il pepe addosso: saprete imporvi e dirigere.

Amore: l'attrattiva a due gioca un ruolo fondamentale nella relazione attuale.

Lavoro: avete il carisma per portare il lavoro nella direzione voluta.

L'anno che verrà: con un comportamento fermo sarete in grado di gestire ogni evento e di dare maggior spazio ai sentimenti e al tenero amore.

Mantra 2020: il segreto sarà la tenerezza.

Pasteggiate con: ***Spaghetti vongole e bottarga*** (pag. 92)

SAGITTARIO

22 novembre-21 dicembre

Dopo una stagione sotto i riflettori desiderereste l'anonimato.

Amore: il sodalizio amichevole e affettuoso sarà bellissimo.

Lavoro: l'impegno e la pazienza messi nel lavoro hanno dato i loro frutti.

L'anno che verrà: nulla andrà sprecato. Non un'intenzione, non un consiglio astrale, non una chance, perché saprete organizzarvi con particolare accuratezza.

Mantra 2020: eminentemente pratici.

Pasteggiate con: ***profiterol nel cestino croccante*** (pag. 115)

Il portafortuna

di Susy Grossi
(Susygrossi@gmail.com)

CAPRICORNO

22 dicembre-21 gennaio

Venere e Giove sfatano la vostra fama di silenziosa riservatezza.

Amore: provare sentimenti decisi e saperli poi esternare con un eloquio scintillante ora sarà facile.

Lavoro: apprezzamenti e lodi costellano la fase attuale, deliziosa e soddisfacente.

L'anno che verrà: sfiorerete il trionfo in diversi settori. Non trascurate di dare appoggio e sostegno al gruppo familiare e siate solleciti con chi conta su di voi.

Mantra 2020: anno trionfale!

Pasteggiate con: ***panini alle noci*** (pag. 103)

ACQUARIO

22 gennaio-19 febbraio

Il mese nasce con la Luna nel Segno, che sia Urano sia Marte stimolano vittoriosamente.

Amore: cercate di andare incontro alle necessità di chi amate.

Lavoro: la cordialità vi aiuterà a favorire rapporti umani più efficaci.

L'anno che verrà: Venere vi suggerisce di avere atteggiamenti gentili, generosi e dolci. Fase meditativa e molto rilassata.

Mantra 2020: un imprinting di morbidezza.

Pasteggiate con: ***semifreddo tiramisù*** (pag. 113)

PESCI

20 febbraio-20 marzo

Nettuno è in contatto con molti astri sponsorizzatori. I sogni allora si avverano.

Amore: l'evidente passione che saprete esprimere sarà ricambiatissima.

Lavoro: è il vostro punto di vista che ha le maggiori chances di essere realizzabile!

L'anno che verrà: idee di vaghezza e di indeterminazione non compaiono nel vostro palinsesto. Ciò che deciderete è esattamente ciò che riuscirete a portare a termine.

Mantra 2020: detto e fatto!

Pasteggiate con: ***pan brioche tutti gusti*** (pag. 16)

Sale aromatizzato red lucky

Dividete a metà **500 g di pomodorini pachino**. Svuotateli dei semi e dell'acqua di vegetazione e fateli essiccare in forno a 50 °C (o in un apposito essiccatore). Raccoglieteli nel bicchiere di un mixer da cucina con **250 g di sale, un pizzico di peperoncino** e **la scorza grattugiata di 2 limoni**. Distribuite il sale in piccoli vasetti di vetro e utilizzatelo, a piacere, per condire carni o pesci alla griglia. In alternativa, potete confezionare i vasetti con un nastro rosso e regalare il sale come simpatico cadeau portafortuna.

combo Menu

DAL ROSSO AL ROSÉ

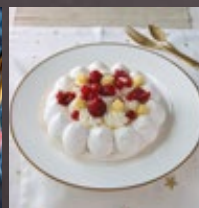
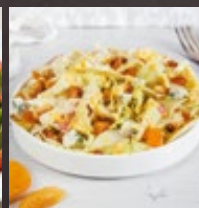
MARE CHIC

GUARDA COME ROTOLO

TRA TORRETTE E TORRONI

COLOR, COLOR… ARANCIA!

IN BRODO

Menu prezzo facile
Ricalcoliamo per te la spesa per 4 o 6 persone e realizzi i tuoi menu con meno di…
INTERNATIONAL BRUNCH - per 4 persone
8 EURO
Madeleines al miele e fontina p. 19
Pane arabo ai datteri p. 104
Pain d'épices p. 12
Pavlova p. 108
MARAMEO PERCHÉ SEI ORTO - per 4 persone
12 EURO
Funghi ripieni di formaggio e noci p. 42
Crostatine ai 4 ortaggi p. 19
Fagottini agli spinaci ripieni di carciofi e timo p. 36
Insalata di radicchio variegato p. 22
PASTICCERIA SALATA - per 6 persone
16 EURO
Tartare di trota nelle tartellette p. 84
Éclairs con crema di formaggi piccanti e finocchi p. 33
Cornetti con gelato al pecorino e pere p. 17
Tartine con lenticchie rosse decorticate p. 53
POKER DI STELLE - per 6 persone
25 EURO
Vol-au-vent di duchesse con stelle di cotechino p. 48
Stelle al doppio radicchio rosso p. 34
Stelline noci uvetta e rosmarino p. 105
Tartellette uvetta e pinoli al profumo di arancia p. 115

Indice tematico delle ricette

ANTIPASTI E SFIZI

PRIMI

SECONDI, CONTORNI E PIATTI UNICI

PANE, PIZZE & CO.

SALSE

DESSERT

Provolone Valpadana D.O.P. dolce o piccante in cucina è perfetto per ogni vostra variante.

Quando portate in tavola una fetta di Provolone Valpadana D. O. P. vi portate anche la sua terra, i suoi produttori, i suoi ingredienti, tutti presenti per garantirvi l'origine e l'unicità di questo prodotto. Chi conosce la sua storia, sa anche come gustarlo a tavola. In tutte le sue forme.

CONSORZIO TUTELA PROVOLONE VALPADANA

www.provolonevalpadana.it